

روحانی ڈائجسٹ

اگست ۲۰۱۲ء

یہ سچ ہے کہ اللہ کے جلال پر
اور خد کا فضل سے پیدا ہوا ہے

شہر رمضان النبی انزل فیہ القرآن

کائنات کا احاطہ....!

کائناتی اراکین مثلاً ہوا، پانی، زمین، سورج، چاند وغیرہ تمام مخلوقات کی بے لوث خدمت میں مصروف ہیں.... اگر کوئی انسان یا گروہ وسائل پر قبضہ کر کے دوسرے انسان کو اس سے محروم کر دے تو یہ مخلوق کی حق تلفی ہے اور کائناتی قوانین سے انحراف بھی ایسے انسانوں، گروہوں یا قوم کو کائنات رد کر دیتی ہے۔

21..... جمیل احمد خان

باب العلم۔ حضرت علیؑ.....

شہر علم کے دروازے.... حضرت علیؑ کے فرمودات۔

25..... خواجہ شمس الدین عظیمی

شب و درمیں اللہ کی تجلی کا دیدار

عام طور پر یہ مشہور ہے کہ حواس پانچ ہیں لیکن ایسا نہیں ہے۔ حواس بہت زیادہ ہیں۔ پانچ ظاہری حواس کے علاوہ پردہ میں اور بہت سے حواس ہیں جو ”ترک“ سے منکشف ہوتے ہیں۔

65..... خواجہ شمس الدین عظیمی

اکیلے آدمی کی موت.....

موت ہمارے لیے سب سے تکلیف دہ چیز ہے۔ موت جو بغیر خبر کے آنے گی موت جو اکیلی آئے گی اور رونے والا کوئی نہ ہو گا۔

94..... مشرف عالم ذوقی

آئیے مراقبہ کرتے ہیں!

مراقبہ نہ صرف ذہنی سکون اور یکسوئی حاصل کرنے کے لیے بہت مفید ہے بلکہ یہ صحت اور حُسن کا محافظ بھی ہے۔ مراقبہ کا ایک بڑا فائدہ یہ ہے کہ اس کی وجہ سے آدمی فطرت سے قربت محسوس کرتا ہے....

41..... ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات.....

روحانی علوم کی مبادیات سے آگہی فراہم کرنے کے لیے لیکچرز.....

روحانی ڈائجسٹ کے علم دوست قارئین کے لیے

45..... ❖❖❖

65

25

94

43

اسلام، تصوف، پیرائے کلوچی

ماہر مضان وہ ہے جس میں قرآن اتارا گیا جو ہدایت کرنے والا ہے۔

نور الہی، نور نبوت۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 10
آوی مال و زر کو نہیں کھارہا ہے مال و زر آدمی کو کھارہا ہے۔

صدائے جرس۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 12
ماوی و جو دریں کا ایک مظاہرہ ہے۔

خطبات عظیمی۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 44
کشف الجویا یوح دو غم کیا ہے؟

روحانی سوال و جواب۔ خواجہ شمس الدین عظیمی۔ 169

امام جعفر صادق۔ ایک عظیم سائنسدان

حضرت امام جعفر صادق کا سائنسی اور علمی انداز فکر۔

تلخیص سمعیہ علوی۔ 37

حضرت بابا تاج الدین ناگپوری

حضرت بابا تاج الدین کی پوری زندگی انسانیت

کی خدمت کے لیے وقف تھی۔ ہر وقت

حاجت مند آپ کو گھرے رہتے۔

❖❖❖ 35

سائنس، نفسیات، معاشرت، ادب

نئی اور پرانی نسل کے درمیان خلا۔

ذمہ دار کون؟.....

ایم زیڈ حسن۔ 83

کامیابیوں کا راستہ ہموار کیجیے۔

مستقبل کے بارے میں نوجوانوں

کے لیے مشورے۔

محمد جنید۔ 109

بچے ہمارے مستقبل۔

جیسی تربیت کریں گے ویسی ہی ان کا مستقبل ہو گا۔

محمد جنید۔ 89

حسانی پیالہ۔ انسان کی خواہشات کبھی پوری نہیں

ہو سکتیں، ہمیشہ حریز کی طلب قائم رہتی ہے۔

مہمان کالم۔ عامر خاکوانی۔ 75

ایزن انشاء کے مضامین۔

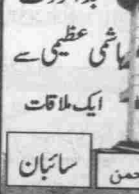
جستہ جستہ۔ فکاہیہ کالم۔ 189

اگیا بیتال



راشد نذیر
رسوین قط

عبدالرؤف



اشامی عظمیٰ سے
ایک ملاقات
ساتیان

شیخ الاسلام



حضرت بہا الدین
زکریا ملتانی
محمد
اقبال
جیلانی

مستقل عنوانات

116- رکنہ ریکش۔

143- دسترخوان۔ فلک ناز

141- جلد اور بالوں کے مسائل۔ حکیم عادل السعید

161- گلشن کو خدا حافظ۔

165- قرآنی انسائیکلو پیڈیا۔ ادارہ

16- حق الیقین۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظمیٰ

51- شرح لور و قلم۔ خواجہ شمس الدین عظمیٰ

55- کیفیت مراقبہ۔

113- سائنس کارنر Q&A۔ ڈاکٹر جمیل احمد صدیقی

115- یو گسب کے لیے۔

خواتین، نوجوان، بچے

ثبت رویہ اپنائیں، خوبصورت نظر آئیں۔

عنایہ علی۔ 79

اپنے بچوں کو الہامی سے بچائیں۔

چند احتیاطی تدابیر۔

محمد شمیم۔ 131

افطاری کی تیاری۔ رمضان سے پہلے۔

صائمہ راحت۔ 91

آپ کا باورچی خانہ،

آپ کا ماہر حسن۔

عائشہ رضا۔ 149

اس رمضان میں ن سے اپنا

رنگ و روپ سنواریں

❖❖❖ 151

دوران حمل۔ متوازن،

مناسب اور صحت مند

غذا۔ 155

صحت مند زندگی

ماہر مضان میں!....

صحت مند غذا کا انتخاب

عابدہ ریحانہ۔ 125

روزہ۔ روحانی اور جسمانی بیماریوں

کا بہترین علاج۔

ثمین عمران۔ 117

بزرگوں کی دیکھ بھال ضروری ہے۔

انہیں جذباتی، طبی اور اخلاقی سپورٹ اور

محبت کی ضروری ہوتی ہے۔

نسرین شاہین۔ 129

نیم۔ کئی بیماریوں سے لڑنے کی قدرتی صلاحیت

دیتا ہے۔

❖❖❖ 133

لیموں۔ بے شمار خوبیوں سے بھرپور کھانا

رہنما بھل۔

افشین حسین۔ 137

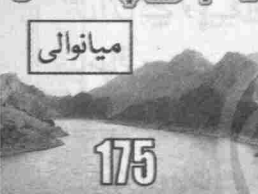
سیب کے فوائد۔ 147

شوگر اور صحت مند زندگی



رمضان
اور
ذیابیطس

یہ ہے پاکستان



میانوالی

عقل جبران ہے! سائنس خاموش ہے



کشتل نقل سے آزاد مقامات

195- بچوں کا روحانی ڈائجسٹ۔ محمد نعل عبا

201- انعامی مقابلوں کے نتائج۔

203- محفل مراقبہ۔

211- اشق۔

217- روحانی ڈاک۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظمیٰ

❖❖❖

171- ریلج صدی پہلے۔ ادارہ

179- عالم امروز۔ احسن عظیم خلد

184- میری پسندیدہ کتاب۔

186- نقد سخن۔ مرتبہ ناصر غنی

187- روحانی رنگ رائز زکلب۔ ادارہ

193- معلومات عالم۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

ترجمہ: اے ایمان والو تم پر روزے رکھنا فرض کیا گیا جس طرح تم سے پہلے لوگوں پر فرض کیے گئے تھے، تاکہ تم تقویٰ اختیار کرو۔ (سورہ بقرہ: 183)

ترجمہ: گنتی کے چند دن ہیں لیکن تم میں سے جو شخص بیمار ہو یا سفر میں ہو تو وہ اور دنوں میں گنتی پوری کر لے اور اس کی طاقت رکھنے والے (اگر روزہ نہ رکھیں تو) فدیہ میں ایک مسکین کو کھانا دیں۔

پھر جو شخص نیکی میں سبقت کرے وہ اس کے لیے بہتر ہے لیکن تمہارے حق میں بہتر کام روزے رکھنا ہی ہے اگر تم با علم ہو۔ (سورہ بقرہ: 184)

ترجمہ: ماہ رمضان وہ ہے جس میں قرآن اتارا گیا، جو لوگوں کو ہدایت کرنے والا ہے اور جس میں ہدایت کی حق وباطل کی تمیز کی نشانیاں ہیں تم میں سے جو شخص اس مہینے کو پائے اور روزہ رکھنا چاہے، ہاں جو بیمار ہو یا مسافر ہو اسے دوسرے دنوں یہ گنتی پوری کرنی چاہیے۔ اللہ تعالیٰ کا ارادہ تمہارے ساتھ آسانی کا ہے سختی کا نہیں وہ چاہتا ہے تم گنتی پوری کر لو اور اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی ہدایت پر اس طرح کی بڑائیاں بیان کرو

اور اس کا شکر ادا کرو۔ (سورہ بقرہ: 185)

ترجمہ: تم کھاتے پیتے رہو یہاں تک کہ صبح کا سفید دھاگہ سیاہ دھاگے سے ظاہر ہو جائے پھر رات تک روزے کو پورا کرو۔ (سورہ بقرہ: 187)

حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے:

ابن آدم کی ہر نیکی دس گنا بڑھادی جاتی ہے اور سات سو گنے تک اضافہ جاری رہتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کا کہنا ہے کہ اس کلیے سے روزہ مستثنیٰ ہے، کیونکہ یہ خالص میرے لیے ہوتا ہے اور میں ہی اس کا صلہ دیتا ہوں۔ کیونکہ روزے دار محض میری خاطر اپنی خواہشات کو ترک کرتا ہے، کھانا پینا چھوڑتا ہے۔ روزے دار کے لیے دو فرحتیں ہیں، ایک جب وہ روزہ افطار کرتا ہے اور ایک سے اس وقت بہرہ مند ہو گا جب اپنے رب کے حضور پیش ہو گا اور اس کے منہ کی بو، اللہ کے نزدیک مشک سے بھی زیادہ پاکیزہ ہے۔ (صحاح ستہ)

حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا:

ہر شے کی زکوٰۃ ہوتی ہے اور جسم کی زکوٰۃ روزہ ہے اور روزے نصف صبر ہیں۔ (ترمذی)

حضور نبی کریم ﷺ مزید فرماتے ہیں:

بہترے روزے دار ایسے ہیں جن کے روزے کا ماحصل صرف بھوک پیاس ہوتی ہے اور بہترے شب بیدار ایسے ہیں جن کی شب بیداری کا حاصل فقط رت چگا ہوتا ہے۔ (ابن ماجہ)

حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے:

روزہ اس وقت تک ڈھال ہے جب تک کہ کوئی اس میں شکاف نہ پیدا کر دے۔

دریافت کیا گیا: اس میں شکاف کیسے پڑتا ہے....؟ فرمایا: جھوٹ اور غیبت سے۔ (نسائی)

صدائے حرمی



انسانی زندگی ایک ایسا معمہ ہے جس کو جس قدر الجھا دیا جائے، وہ الجھ جاتا ہے اور جب اس کو سلجھانے کی کوشش کی جاتی ہے تو وہ سلجھ جاتا ہے۔ خیالات کے تانے بانے پر بنی ہوئی زندگی ایک طلسماتی زندگی ہے۔ کوئی خیال ہمارے لیے مسرت کے جذبات فراہم کرتا ہے اور دوسرا کوئی خیال ہمیں آزدگی، پریشانی اور ٹینشن کے جذباتی سمندر میں دھکیل دیتا ہے۔ خیال اگر ایک دائرے سے باہر نہ آئے اور دائرے کے اندر محدود ہو جائے تو یہ محدودیت انسان کو نفسیاتی مریض بنادیتی ہے۔ نفسیاتی مرض سوچنے اور سمجھنے کی صلاحیت کو داغدار کر دیتا ہے، ایسے مریض کے اوپر عدم تحفظ کا احساس مسلط ہو جاتا ہے۔ طبی نقطہ نگاہ سے ایسا آدمی مایخو لیا کا مریض ہوتا ہے۔ خیال میں اپنی ذات شامل ہو اور ذات میں انفرادی سوچ کے علاوہ اجتماعیت نہ ہو تو آدمی میٹل کیس ہو جاتا ہے۔

اس کے برعکس خیال کسی ایک نقطہ کو اپنی مرکزیت بنالے اور ان کی حدود میں محدود نہ ہو تو شعور، لاشعور کی طرف متوجہ ہو جاتا ہے۔ جیسے جیسے شعوری حواس لاشعوری حواس سے رد و بدل ہوتے ہیں، ذہنی سکت میں اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ بیشتر مومن افراد کا تجربہ ہے کہ شام، سویرے، دوپہر، رات، بیداری اور خواب میں ایک ذات کی مرکزیت ان کے

لیے کامل اطمینان و سکون کا باعث بنتی ہے۔

یکتا، واحد اور تخلیق کرنے والی ہستی کے قُرب کا احساس ایسے لوگوں کے لیے جائے پناہ بن جاتا ہے اور اُن کے اندر ایسی لہریں موجزن ہوتی رہتی ہیں کہ ان کے اندر سے عدم تحفظ ختم ہو جاتا ہے۔

ایسا بندہ ایسی کیفیات سے آشنا ہو جاتا ہے، جن کیفیات میں نقصان اور نفع دونوں کے لیے خوشی خوشی آمادہ رہتا ہے۔

مال و زر اس لیے ہے کہ آدمی اس کو استعمال کر کے اپنے لیے راحت و آسائش کا سامان بنائے۔ اس لیے نہیں کہ آدمی مال و زر کی دلدل میں پھنس کر تخت الثریٰ میں پہنچ جائے۔ موجودہ زمانے کی روش یہ ہے کہ آدمی مال و زر کو نہیں کھا رہا ہے، مال و زر آدمی کو کھا رہا ہے۔ مومن جب مشاہداتی قوت سے آراستہ ہو جاتا ہے اور وہ یہ جان لیتا ہے کہ دنیا ہمارے لیے بنائی گئی ہے، ہم دنیا کے لیے نہیں بنائے گئے تو اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے باطن میں شانتی، آئندہ، سکون قلب، استغناء، توکل، تسلیم و رضا، صبر، قوت برداشت اور کیف و سرور کی ایک جنت قائم ہو جاتی ہے۔ غم آمیز پریشان کن کوئی خیال آ بھی جاتا ہے تو آنا فنا جنت کا خوشگوار ماحول آنکھوں میں گھوم جاتا ہے۔ خدا کے حضور حاضر ہونے کا احساس مشاہداتی مومن کے اندر امن و حفاظت، ايقان اور خود سپردگی کی کیفیت پیدا کر دیتا ہے۔ اس کیفیت کے طاری ہونے کے بعد اعصابی کشمکش اور دماغی کشمکش سے نجات مل جاتی ہے۔ اضطراب و بے چینی دم توڑ دیتی ہے۔ طبیعت کا پیچ و تاب محو ہو جاتا ہے۔ اس کے مزاج میں صبر و قناعت کا عنصر غالب ہو جاتا ہے۔ اسے اور اس کے آس پاس رہنے والے لوگوں کو یقین ہوتا ہے کہ خدا جو کچھ کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے۔ یہ سب ہونے کے لیے ضروری ہے کہ ہماری اندر دنیاوی اور مفروضہ حواس میں، ماورائی شعور کی رہنمائی میں

ترتیب اور اعتدال کے ساتھ حرکت ہو اور جب ایسا ہو جاتا ہے تو زندگی پاکیزگی کی طرف متوجہ ہو جاتی ہے۔

کون نہیں جانتا کہ عرق گلاب کی بوتل میں اگر مٹی کے تیل کے چند قطرے ملا دیے جائیں تو گلاب کی خوشبو کا دم گھٹ جاتا ہے، اس کے اوپر موت وارد ہو جاتی ہے اور خوشبو اپنا باطن سمیٹ کر روشنی اور ہوا میں تحلیل ہو جاتی ہے۔ جسم (گلاب کا پانی) رہ جاتا ہے۔ باطن، شامہ حواس سے نیست ہو جاتا ہے۔

کوئی انسان اپنے مشاغل کو اپنے دنیاوی اعتدال کے ساتھ روحانی جذبے کے تحت مغلوب کر دیتا ہے (ختم نہیں) تو روحانی دنیا، روحانی زندگی، روحانی جذبات و احساسات میں تلاطم پیدا ہو جاتا ہے اور یہ تلاطم موجوں کی شکل میں جب انسان کے اندر بہتے ہوئے علمی سمندر کے ساحل کو چھوتی ہیں تو دل کا کنول کھل جاتا ہے۔ کنول کے اندر روشن قدیل کا نور عالمین میں پھیلتا ہے تو آدم کی اولاد آدم، آدم کی سعید اولاد انسان، اٹھارہ ہزار عالمین، اٹھارہ ہزار عالمین میں ایک لاکھ چوالیس ہزار نظام شمسی میں اٹھارہ لاکھ بہتر ہزار سیارے (دنیاں) دیکھ لیتا ہے۔

پاکیزگی کے اس راستے پر پہلا قدم جوئے شیر لانے کے برابر ہے لیکن جب آدم زاد اس راستے (صراطِ مستقیم) پر ایک قدم اٹھا دیتا ہے تو راستہ خود دس قدم، سمٹ جاتا ہے اور جب یہ راستہ پیروں سے مانوس ہو جاتا ہے تو جسم (گوشت پوست کا بنامادی جسم) کشش ثقل سے آزاد ہو جاتا ہے۔ محدودیت لامحدودیت و سعتوں میں پرواز کرتی ہوئی ابعاد دنیا سے اس پار اپنا روحانی وجود دیکھ لیتی ہے۔

اللہ تعالیٰ کی تخلیق میں نوع انسانی وہ مخلوق ہے اور اللہ کی ان نعمتوں کی حامل ہے جن کے محتمل ہونے سے سموات، ارض و جبال نے عاجزی کا اظہار کر دیا تھا۔ اللہ تعالیٰ کے

قانون کے مطابق جب کوئی قوم صراطِ مستقیم سے بھٹک جاتی ہے تو وہ امتحان کی چکی میں پسنے لگتی ہے۔

آپ ذرا اس بچے کا تصور کیجیے جو کمرہ امتحان میں بیٹھ کر جب پرچہ سامنے آئے تو بجائے پرچہ حل کرنے کے رونما شروع کر دے، فریاد کرنے لگے اور احتجاج کرے کہ میرا امتحان کیوں لیا جا رہا ہے۔ نشوونما اور انسانیت کی فلاح و ترقی امتحان میں مرحلہ وار کامیابی کے بغیر ممکن نہیں ہے۔ آگ اور تپش کے بھٹیوں سے گزر کر ہی سونا کندن بنتا ہے۔ نوع انسان ان بھٹیوں سے نہ گزری ہوتی تو لوگ آج بھی غاروں کے مکین ہوتے۔

کوئی مسئلہ اس وقت تک قابل حل نہیں ہے جب تک صاحب مسئلہ خود اس مسئلہ کو حل کرنے پر آمادہ نہ ہو۔ ساری دعائیں، وظیفے صرف ایک ہی کام انجام دیتی ہیں وہ یہ کہ مسائل بیمار ہو یا پریشان حال اس کے اندر قوت ارادی میں اضافہ ہو تا کہ وہ مسائل و معاملات کی بھول بھلیوں سے نکل کر ذہنی یکسوئی حاصل کر لے۔

دنیا میں جتنے عظیم لوگ پیدا ہوئے وہ بھی کسی نہ کسی مسئلے سے دوچار رہے ہیں لیکن وہ اس نقطہ سے باخبر ہوتے ہیں کہ مسائل اس وقت تک مسائل ہیں جب تک انسان ذہنی یکسوئی اور سکون کی زندگی سے نا آشنا ہے۔

ان لوگوں کے اوپر سے مسائل و تکالیف کی گرفت ٹوٹ جاتی ہے جو اللہ کی مخلوق کی خدمت کو اپنی زندگی کا نصب العین بنا لیتے ہیں۔

کسی ایسے شخص کی خدمت کیجیے جو نادار ہے، ضرورت مند ہے، پھر دیکھیے کہ آپ کو کتنا سکون ملتا ہے۔ دوسروں کی مدد کرنا اور ان کے کام آنا انسانیت کی معراج ہے اور یہی وہ مشن ہے جس کو عام کرنے کے لیے اللہ نے ایک لاکھ چوبیس ہزار پیغمبر بھیجے ہیں۔





ہماری زمین پر اس وقت انسانوں کی آبادی 6 ارب سے زائد ہے۔ عقیدہ کی بنیاد پر انسانی آبادی کا شمار کیا جائے تو یہ چلتا ہے کہ عیسائی ایک ارب نوے کروڑ، مسلمان ایک ارب سے زائد، ہندو 75 کروڑ، لادین 85 کروڑ، بودھ 25 کروڑ، سکھ ایک کروڑ سے کم، یہودی 50 لاکھ سے بھی کم تعداد میں ہیں۔ جی ہاں دنیا کی چھ ارب سے زائد آبادی میں یہودیوں کی تعداد 50 لاکھ سے بھی کم بتائی جاتی ہے۔ دنیا میں بڑی آبادی والے مذاہب میں عیسائیت، اسلام اور ہندو مذہب شامل ہیں۔ جبکہ اسلام کے علاوہ معروف اہل کتاب مذاہب میں عیسائیت اور یہودیت شامل ہیں۔ ان تمام مذاہب میں اسلام سب سے جدید مذہب ہے۔

قدیمی اور الہامی مذاہب میں سب سے کم عمر ہونے کے باوجود اسلام دنیا میں جس تیزی سے پھیلا، مذاہب عالم کی تاریخ میں ایسی کوئی مثال موجود نہیں۔ فروغ اسلام کی بنیاد قرآن کی حقانیت، اسلام کے اصول و ضوابط کی انسانی فطرت سے ہم آہنگی و مطابقت، پیغمبر اسلام حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کا دل نشین انداز دعوت اور پراثر طریقہ کار، آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے قلب مبارک میں اللہ کی مخلوق کے لئے رحمت و فلاح کے جذبات، دنیاوی امور میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی بصیرت، تدبیر، معاملہ فہمی، وقت کے تقاضوں سے بھرپور آگہی اور ان کے مطابق بروقت مبنی برحق تدابیر، نوع انسانی کی فلاح، بنیادی انسانی حقوق کے تحفظ کے لئے فرد اور ریاست کے حقوق و فرائض کا تعین۔ عورتوں کو حقوق کی فراہمی اور معاشرتی امور میں ان کے ساتھ یکساں سلوک، ریاستی معاملات چلانے میں شوریٰ نظام کا آغاز، ریاست کے تمام شہریوں کے لیے بنیادی ضروریات کی فراہمی کے لئے حکومت کو ذمہ دار قرار دینا جیسے امور پر ہے۔

اسلام محض ایک نظریہ، محض ایک عقیدہ نہیں ہے، یہ ایک مکمل نظام حیات ہے۔ ایسا نظام حیات جو انسان کی تمام مادی اور روحانی ضروریات بخوبی سمجھتا ہے۔ انسان کی مادی اور روحانی ضرورت کی اعتدال و توازن کے ساتھ تکمیل کے لئے قابل عمل اصول و رہنمائی عطا کرتا ہے۔

فرد اور معاشرہ، ریاست اور حکومت کے لئے قرآن و سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کے عطا کردہ اصول و ضوابط و مسائل و صدیاں گزر جانے پر فرسودہ اور ناقابل عمل نہیں ہو گئے۔ ان شاندار اصول و ضوابط کی ایک خوبی یہ ہے کہ یہ ہر دور میں قابل عمل اور انسانی معاشروں کی فلاح و کامیابی کی ضمانت ہیں۔ یہاں اس امر کا اظہار بھی ضروری ہے کہ ایک مکمل نظام حیات کا مطلب یہ ہے

کہ قرآن و سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم میں انسانوں کے لئے اصول و قارمولے عطا فرما دیئے گئے ہیں۔ اس کا مطلب کسی مخصوص رسوم و رواج یا وضع قطع کی لازمی پابندی نہیں ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم جس دور میں مبعوث ہوئے اس دور کا ایک مخصوص رہن کن اور طرز معاشرت تھا جیسا کہ ہر دور کا اپنا ایک مخصوص رہن کن ہوا کرتا ہے۔ اس دور میں لوگ مخصوص انداز کے کپڑے پہنتے تھے، کھانے پینے، پڑھنے لکھنے کے لئے میز کرسی کے بجائے فرش نشست کا اہتمام ہوا کرتا تھا۔ مرد و عورتوں میں رکھا کرتے تھے۔ یہ کوئی ایسی چیز نہیں تھی جسے مسلمانوں نے متعارف کرایا ہو بلکہ مکہ کے مسلم غیر مسلم سب ہی ایک ہی طرز بود و باش رکھتے تھے۔ جو لوگ ایمان لائے انہیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے پرانے کپڑے پھینک دیئے، پرانے گھروں میں رہائش ترک کر دیئے یا اسلام سے پہلے کے طرز زندگی کو تبدیل کرنے کو کہا ہو ایسی کوئی بات تاریخ میں نہیں ملتی الا ماشاء اللہ بعض ایسی صورتوں کے جبکہ معاشرہ کی کوئی رسم برہ راست عقیدہ توحید سے متصادم ہو یا اسلام کی کمزوری یا مروجہ عیوبیت کے اظہار کا سبب بنے۔ حضرت ابو بکرؓ، حضرت عمرؓ، حضرت عثمانؓ، حضرت علیؓ، حضرت حذیفہؓ، حضرت جعفر طیارؓ اور دیگر صحابہ کے قبل از اسلام اور بعد از اسلام لباس، وضع قطع، رہن کن یکساں تھے۔ ایک روز نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے مشرک رہنمائیوں کے منکبرانہ لباس پر اظہار ناپسندیدگی کرتے ہوئے فرمایا کہ گٹھنے سے نیچے زمین پر گھٹنے والے پانچے نہیں ہونے چاہئیں۔ یہ اطلاع حضرت ابو بکر صدیقؓ کو ملی آپ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا کہ میرے پانچے گٹھنے سے نیچے ہو جاتے ہیں، یہ سن کر نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ابو بکر تم ان لوگوں میں سے نہیں ہو۔

اسلام کسی مخصوص علاقائی یا قومی ثقافت کو اختیار کرنے پر ہرگز زور نہیں دیتا۔ کوئی خاص لباس، اسلامی یا غیر اسلامی نہیں ہے جو لباس مردوں اور عورتوں کے لئے سزا پوشی کے اسلامی احکامات کے مطابق ہے وہ درست ہے جو اس کے خلاف ہے وہ غلط ہے خواہ وہ پینٹ شرٹ ہو، کراٹا شلوار، پاجامہ ہو، عورتوں کی میکی ہو، ساڑھی ہو، لہنگا ہو یا کوئی اور لباس ہو۔ بہت سے لوگ پینٹ شرٹ میں نماز کی ادائیگی کو برا سمجھتے ہیں۔ شلوار قمیض، شیر وانی یا واسکٹ کے ساتھ نماز ادا کرنا درست خیال کرتے ہیں۔ سوال یہ ہے کہ اگر لباس کا تعلق مذہب سے جوڑا جائے تو شلوار، شیر وانی، واسکٹ تاریخی طور پر ہندوؤں سے وابستہ لباس ہے۔ جب مسلمان ایسے لباس میں جس کا رواج ہندو معاشرہ میں ہوا ہو نماز ادا کر سکتے ہیں تو ایسے لباس میں جو مغرب سے آیا ہو نماز ادا کرنے میں اعتراض کی کیا بات ہے؟ لباس، داڑھی کا سائز، فرش نشست یہ سب روایات ہیں۔ ان کا تعلق دین کی بنیادی تعلیمات اور بنیادی اصولوں سے جوڑنا درست نہیں ہے۔ دین اسلام محض چند روایات یا رسوم و رواج کا نام نہیں ہے۔ یہ ایک انتہائی مؤثر، طاقتور، ہر دور اور دنیا کے ہر خطے کے لئے قابل عمل اصول و ضوابط پر مشتمل نظام حیات ہے۔ اس نظام کے بنیادی اصولوں اور احکامات کے تحت تمام انسانوں کو بنیادی حقوق حاصل ہیں۔ حقوق کے لحاظ سے عورت مرد کی بھی کوئی تخصیص نہیں ہے۔ دن میں پانچ وقت نماز، رمضان کے روزے، زکوٰۃ، حج غرض تمام ارکان کی ادائیگی مرد و عورت پر یکساں طور پر فرض ہے۔ تعلیم حاصل کرنا مردوں اور عورتوں کے لئے یکساں طور پر ضروری ہے۔ اسلام عقیدہ توحید و رسالت پر کار بند رہنے کے بعد معاملات کی درستگی اور حقوق العباد کی ادائیگی پر بہت زور دیتا ہے۔ نماز کی ادائیگی کے ساتھ ہی مشابہت پر زکوٰۃ کی ادائیگی کا حکم دیا گیا ہے۔

آج اگر کسی پاکستانی کو انٹرویو یا سمری لکنا، قسط یا امریکہ میں یکساں پرکشش شرائط پر ملازمت اور ساتھ میں میسٹن کی پیشکش بھی کی جائے تو غالب امکان کے تحت اس کا جواب کیا ہو گا۔ گزشتہ دنوں میں نے یہ سوال کئی لوگوں کے سامنے رکھا۔ جواب ملا۔ امریکہ!.....

حالانکہ مندرجہ بالا میں سے دو مسلمان ملک ہیں۔ شرائط ملازمت بھی یکساں ہیں لیکن اس کے باوجود اس کی چوائس امریکہ ہوگی؟ جواب ملا امریکہ معاشی و سیاسی لحاظ سے دنیا کا سب سے مضبوط ملک ہے۔ وہاں کا نظام بہت اچھا ہے۔ گزشتہ نیش کے تحت معاشی و معاشرتی تحفظ کی وجہ سے لوگ امریکہ میں جاننے کو ترجیح دیں گے۔ اسی ہی صورت حال بلکہ اس سے کئی زائد اعلیٰ خصوصیات کی حامل اسلامی ریاست تھی۔ آقاؐ اسلام میں دنیا بھر کے لوگ جب اسلامی ریاست میں جان و مال کے تحفظ معاشی خوشحالی، حکمرانوں اور عوام کے درمیان پر اعتماد تعلق، حکمرانوں تک عوام کی رسائی اور احتساب و جواب طلبی کے واقعات، معاشرہ کے کمزور طبقات کو مکمل تحفظ، تعلیم کے فروغ، علوم و فنون کی ترقی اور دوسری مثبت انقلابی تبدیلیوں کے بارے میں آگاہ ہوتے تھے تو ان کے ذہن و قلب اسلامی نظام اور اسلامی ریاست کے معترف و معتقد ہو جایا کرتے تھے۔ اس دور کی مضبوط روی اور فارسی سلطنتوں کے عوام اسی طرح زندگی گزارنے پر مجبور تھے جیسے آج تیسری دنیا کے جاگیر دارانہ تسلط کے معاشرے کے لوگ زندگی گزارتے ہیں۔ اسلامی ریاست کے بانی ایسی شان سے رہا کرتے تھے جس شان اور احترام کا آج امریکن شہری حامل ہے بلکہ اس سے بھی کئی گنا زیادہ۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی شاندار تعلیمات نے انسان کو اللہ وحدہ لا شریک کے آگے سجدہ ریز کیا اس کے ساتھ ساتھ آپ نے انسانوں کے مابین برحق و انصاف تعلقات، معاملات کی درستگی، عدل و احسان، اقبال، عہد، نیکی اور بھلائی کے کاموں میں تعاون، باہم اخوت و محبت کے جذبات کو فروغ دیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنے قول و عمل سے حکمرانوں کو سکھایا کہ حکومت کے اصل فرائض کیا ہیں اور انہیں کیسے ادا کیا جائے۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی تعلیمات سے دنیا نے جانا کہ حکومت کا اصل کام ریاست کے عوام کو امن و امان اور جان و مال کا تحفظ فراہم کرنا ہے۔ اس کے ساتھ اسلامی ریاست کا کام تمام شہریوں کو روزگار کے مساوی مواقع کی فراہمی ہے۔

آج جب اسلام کی تبلیغ کا ذکر ہو تا ہے تو سارا زور عبادت کے فرائض و نوافل کی ادائیگی پر، داڑھی رکھ لینے پر اور مغربی لباس ترک کر کے مخصوص وضع قطع کا لباس اختیار کر لینے پر ہوتا ہے۔ حقوق العباد، معاملات، تعلیم و تحقیق، متحرک سیاسی حکمت عملی، انصاف و مساوات پر مبنی معاشی پالیسیوں جیسے امور پر اسلام کے احکامات کو دنیا کے سامنے پیش نہیں کیا جاتا۔ اسلام کی حقیقی تعلیمات سے اغراف کر کے روایات و فروع کو اسلامی معاشرہ پر مسلط ہونے دینے کا نتیجہ یہ نکلا کہ ایک ارب سے زائد اسلامی ائمہ بنی اسرائیل کے چند لاکھ لوگوں کی شرائط اور سازشوں کے سامنے عاجز اور بے بس ہو کر رہ گئی۔ مسلمانوں نے بھی تبلیغ اسلام کی ذمہ داری مذہب کا ایک مخصوص مذہبی فہم رکھنے والے طبقہ پر ڈال کر فرض کفایہ کی طرح خود کو بری الذمہ سمجھ لیا ہے۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ مخصوص مذہبی فہم رکھنے والے طبقہ پر ڈال کر فرض کفایہ کی متفق نہیں ہیں۔ اس کے باوجود تبلیغ کا مقدس کام محض ایک طبقہ پر چھوڑ دیا گیا ہے۔

دین اسلام کی تبلیغ وہ مقدس و محترم عمل ہے، جو بعثت کے فوراً بعد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے انجام دیا۔ اسلام قبول کر لینے کے بعد اس مقدس کام میں آپ کے ساتھ خاتونِ جنت حضرت خدیجہ الکبریٰ، حضرت ابو بکر صدیق

حضرت علی، حضرت جعفر طیار رضی اللہ عنہم، جمیع صحابی محترم و سعید ہمتیاں شامل ہوئیں۔ یہ سب اس معاشرہ کے عام لوگ نہیں تھے۔ یہ اپنے دور کے ممتاز لوگ تھے۔ ان کا شمار معاشرہ کے معززین و اکابرین میں ہوتا تھا۔ حضرت عمرؓ رسول اللہ کے شدید مخالفوں میں سے تھے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو قتل کر دینا چاہتے تھے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے دعا کی کہ عمرؓ سے اسلام کو تقویت حاصل ہو۔ حضرت عمرؓ مسلمان ہوئے اور پھر آپ بھی تبلیغ کے کام میں شریک ہو گئے۔ آج بھی اس سنت رسول صلی اللہ علیہ وسلم کو اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔ اس کا طریقہ کیا ہوگا؟ اس کا طریقہ یہ ہونا چاہئے کہ ہر ممتاز و معتبر مسلمان تبلیغ سے خود کو جوڑ لے۔ محض ظاہری رسوم و رواج پر زور دینے کے بجائے اسلام کی حقیقی انقلابی تعلیمات سے دنیا کو روشناس کر لیا جائے۔ یہ کام چند مولویوں پر چھوڑ دینے کے بجائے اعلیٰ تعلیم یافتہ لوگ سر انجام دیں۔ حکمران اسلام کی حقیقی تعلیمات کو سمجھنے کی زیادہ سے زیادہ کوشش کریں۔ دین کا درست فہم حاصل کرنے کے لئے جتنا زیادہ ہو سکے توجہ صرف کریں۔ حکمرانوں کا فرض ملکی معاملات نمٹانے، ملکی سالمیت کے تحفظ کے ساتھ ساتھ دین و عقیدہ کا تحفظ بھی ہے۔ یہ امر اشد ضروری ہے کہ اسلامی ریاست دین کے صحیح فہم کو مناسب طور پر آگاہ کرنے میں اپنا کردار پوری تہدہ ہی کے ساتھ سر انجام دے۔ اس بات کا خیال رکھنا مسلم حکمرانوں اور مسلم عوام دونوں کی ذمہ داری ہے کہ دین اسلام کسی تنگ نظر متعصب روایت پرست طبقہ کے ہاتھوں پر غلام ہو کر نہ رہ جائے۔

اسلام امن و سلامتی کا دین ہے۔ اسلام نوع انسانی کے لئے دنیا اور آخرت میں فلاح و کامیابی کی ضمانت ہونے کی وجہ سے دنیا میں پھیلا۔ اسلام کا فروغ اس کے اعلیٰ و ارفع اصولوں اور اہل ایمان کے مثبت طرز عمل کی وجہ سے ممکن ہوا۔ اسلام کے فروغ میں جارحیت یا تشدد کا کوئی عمل دخل نہیں ہے۔ تلوار کے زور پر علاقے تو فتح کئے جاسکتے ہیں لیکن کوئی نظریہ یا عقیدہ تلوار کے زور پر فروغ نہیں پاسکتا۔ ہمیشہ کی طرح آج بھی اسلام کی حقیقی تعلیمات دنیا کے سامنے پیش کرنے کی ضرورت ہے۔ اس تبلیغ کا انداز ایسا ہونا چاہئے کہ غیر مسلم معاشرہ کے اعلیٰ تعلیم یافتہ، ممتاز سرکردہ افراد اس کی طرف متوجہ ہو سکیں۔ اگر ڈاکٹر عبد القدیر یا ڈاکٹر عطاء الرحمن جیسے کسی مسلم عالم کی کوششوں سے کارل ساگان، اسٹیفن ہاکنگ یا نوم چومسکی جیسا کوئی شخص اسلام قبول کر لے تو کیا اس سے غیر مسلم معاشرہ پر اسلام کا بہت مثبت اثر نہیں ہوگا؟ اگر آج غیر مسلم قوم سے تعلق رکھنے والا کوئی بڑا سائنسدان، کوئی حکمران یا کوئی بڑا سیاست دان یا کوئی اور ممتاز شخص اسلام قبول کر لے تو یقیناً یہ عمل موجودہ دور میں اسلام کو تقویت اور اس کے پیغام کے فروغ میں سہولت کا سبب بنے گا۔

اسلام دشمن ذہن بڑی چالاک سے دنیا کو اسلام سے خوفزدہ کرنے میں مصروف ہے۔ آج مسلمانوں کا یہ فرض ہے کہ وہ دنیا کو باور کرائیں کہ اسلام سے خوفزدہ ہونے کے بجائے اس کی تعلیمات کا جائزہ لیا جائے۔ ایک بار یہ عمل چل پڑے تو انشاء اللہ قرآن کی حقانیت خود دینی دلوں میں گھر کر لے گی۔

دکتر وقار یوسف عظیمی



جانب توجہ دلار ہے ہیں کہ
ان دنوں امریکہ میں
بھکاریوں کی تعداد میں
غیر معمولی اضافہ ہو رہا
ہے اور جوئے کے اڈوں
کی روٹھیں ماند پڑتی جا رہی

ہیں۔ دنیا بھر میں سرمایہ دارانہ نظام کے

قائد کا کردار ادا کرنے والا ملک امریکہ معاشی بحران کے
دلدل میں پھنس چکا ہے، نیز چار جانب سے موجودہ نظام
کے خلاف آوازیں بھی بلند ہو رہی ہیں۔ امریکہ کے تیزی
سے بدلتے منظر نامے پر نگاہ ڈالیں تو معلوم ہوتا ہے کہ گل
آبادی کے صرف بیس فیصد حصے کی تمام
وسائل پر اجارہ داری ہے۔ ایک حالیہ

جائزے کے مطابق چودہ اعشاریہ پانچ فیصد امریکیوں کو
اشیائے ضروریہ کے حصول میں سخت دشواریوں کا سامنا
ہے۔ اسی طرح تقریباً پانچ کروڑ امریکیوں کے پاس صحت
کا کوئی انشورنس نہیں ہے، جب کہ امریکہ میں انشورنس
کے بغیر صحت مند زندگی کا تصور نہیں کیا جاسکتا۔۔۔ علاوہ
ایس چار کروڑ بیس لاکھ افراد افلاس سے نیچے زندگی
 بسر کرنے پر مجبور ہیں، یہ تعداد امریکہ کی کل آبادی کا
ساتواں حصہ ہے۔ دوسری جانب ایک طبقہ ایسا بھی ہے
جس کے پاس امریکہ کے کل سرمائے کا 85 فیصد ہے اور
اس طبقے کی تعداد کھن بیس فیصد ہے۔

سرمایہ دارانہ نظام کی آہنی فسیلوں میں دراڑیں

کائنات کا خلاصہ!

پڑنے کی اصل وجہ بھی یہی ہے۔ وسائل کی منصفانہ تقسیم
نہ ہونے کے سبب ہی اس طرح کے دشوار گزار حالات
پیدا ہوئے ہیں۔ اسی لیے معاشی اصلاحات کا مطالبہ زور
پکڑتا جا رہا ہے۔ ماہرین کا خیال ہے کہ گوکہ ”اکوپائی وال
اسٹریٹ“ کی تحریک نتیجہ خیز ثابت نہ
ہو سکی، لیکن اس طرز کی کوئی نہ کوئی
تحریک ایک نہ ایک دن ضرور رنگ لا کر رہے گی۔ تب
یقیناً ایسی صورت حال پیدا ہوگی جو اعلیٰ طبقے کے لیے شدید
دشواری پیدا کر دے گی۔ چنانچہ ماہرین اس بات پر زور
دے رہے ہیں کہ انتشار کا شکار ہونے سے بہتر ہے کہ
وسائل کی منصفانہ تقسیم کا کوئی نظام وضع کیا جائے۔

لیکن یہ کس طرح ممکن ہو گا....؟

ظاہر ہے کہ اس کے لیے موجودہ نظام کی طرز فہم
سے آزاد ہو کر سوچنا ہو گا، جس کے لیے امریکہ فی الحال
تیار نظر نہیں آتا۔

جب بھی دنیا کی تاریخ کا غیر جانبدار تجزیہ کیا جائے
گا اور مختلف اقوام کے زوال اور ان کی پسماندگی کے حقیقی

اگر کوئی انسان یا انسانی گروہ وسائل پر قبضہ کر کے دوسرے انسانوں کو ان وسائل سے محروم
کر دے تو یہ نا صرف مخلوق کی حق تلفی ہے بلکہ کائناتی قوانین سے سراسر انحراف بھی۔ ایسے
انسانوں، گروہوں یا قوموں کو کائنات رد کر دیتی ہے اور بالآخر ایسی قوم صفحہ ہستی سے مٹ جاتی ہے۔

اسب تلاش کیے جائیں گے، تو ان کی بنیاد میں عام انسانوں کی جائز خواہشات اور حقیقی ضروریات کے بجائے چند خاص لوگوں کی ناجائز خواہشات اور فرضی ضروریات ہی نکلیں گی۔ گہری نظر سے جائزہ لیا جائے تو یہ حقیقت سامنے آجائے گی کہ چند لوگوں کی ناجائز خواہشات اور فرضی ضروریات نے ہی ہر دور میں اپنی قوم کو زوال سے دوچار کیا، قوی ترقی و استحکام کی راہ میں زکاؤتیں کھڑی کیں اور انہی چند لوگوں کی غلط روش نے معاشرے میں نا انصافی، بددیانتی، استحصال، جبر، کرپشن، رشوت، سٹہ بازی، ذخیرہ اندوزی، فریب اور ان جیسے دیگر گھٹاؤں کے جراثیم کو جنم دیا۔ عام لوگ ”مقلد“ Follower ہوتے ہوئے طبقہ اشرافیہ کے چند بددیانت اور کرپٹ لوگوں کے نقش قدم پر چل پڑتے ہیں۔۔۔ رفتہ رفتہ یہ امراض پوری قوم میں سرایت کر جاتے ہیں اور بڑی بڑی سلطنتیں اور ترقی یافتہ اقوام ”اندھیر گہری چوچہ راج“ کی زندہ مثالیں بن جاتی ہیں۔ آج بھی دنیا کا مسئلہ ہرگز یہ نہیں کہ چونکہ انسانی آبادی میں بے تحاشہ اضافہ ہو چکا ہے، اس لیے زمین کے وسائل ان کی جائز ضروریات کے لیے ناکافی ہیں۔۔۔!

بلکہ حقیقی معنوں میں اصل مسئلہ چند ہزار افراد کی ہوس ہے، جو کہ پوری ہونے کا نام نہیں لے رہی ہے۔۔۔! یہ چند لوگوں کی خود غرضی ہی تو ہے جس نے پوری دنیا کو تجارت کی ایک منڈی اور ایک لامحدود میدان جنگ میں تبدیل کر کے رکھ دیا ہے۔ لامحدود ان معنوں میں کہ جنگی برتری حاصل کرنے کا جنون خلائی وسوسوں میں بھی تنہا کی تحصیل کے منصوبے تشکیل دے رہا ہے۔۔۔ یہ چند لوگوں ہی کی خود غرضی ہوئی ہے کہ ان کے اوٹنی سے اشاروں پر لاکھوں بے گناہ انسان موت کے گھاٹ اتار دیے جاتے ہیں، ایک قوم کو بھیڑ بکریوں کی مانند دوسری قوم کے ہاتھوں فروخت کر دیا جاتا ہے اور کسی ملک یا

سلطنت کو ٹکڑوں میں تقسیم کر کے آپس میں بانٹ لیا جاتا ہے۔۔۔۔۔ آج کی دنیا میں ترقی پذیر معاشرے ہوں یا ترقی یا فتنہ، انسانوں کے مابین تعلقات کا تانا باننا اخلاقی پستی کی المناک حد تک ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہے اور سماجی اعتبار سے تو یہ بری طرح ناکام ہو چکا ہے۔ یہ درست ہے کہ سائنس و ٹیکنالوجی میں ترقی و وسائل پر دسترس حاصل کرنے والی قوت میں اضافے کا باعث بنتی ہے لیکن اس امر کا پابند نہیں کرتی کہ اس قوت کا استعمال نوع انسانی کے لیے کسی بھی قسم کے خطرے کا باعث نہ بن سکے۔۔۔!

آج سائنس و ٹیکنالوجی سے حاصل ہونے والی اس قوت میں یہاں تک اضافہ ہو چکا ہے کہ گزشتہ ڈیڑھ دو ہزار سالوں میں تو شاید اس جیسی کوئی مثال نہیں ملتی۔۔۔ لیکن موجودہ دور کے انسانوں کی اکثریت کی اخلاقی سطح جو کی توں ہے یا پھر انتہائی پست ہو چکی ہے۔ ایسے میں اگر کہیں انسانیت کے جذبے کا مظاہرہ ہوتا ہے یا انسانی ہمدردی، بے لوث خدمت اور ایثار پر مبنی کردار نظر آتے ہیں تو کیا ہم حیرت و خوشی کا اظہار نہیں کرتے اور ہمارا یہ رویہ کیا اس بات کی علامت نہیں ہے کہ بے لوث خدمت کا تصور ہماری اس ”ترقی یافتہ“ دنیا میں مفقود ہو چکا ہے۔۔۔؟

غربت کی انتہائی غلی سطح سے بھی نیچے ان لوگوں کو شمار کیا جاتا ہے جو ایک ڈالر یومیہ آمدنی میں گزارا کرتے پر مجبور ہیں یا پھر دوسرے لفظوں میں مجبور کر دیئے گئے ہیں۔۔۔ ایک ڈالر یومیہ آمدنی میں بنیادی ضروریات کا پورا ہونا کسی بھی طرح ممکن نہیں، چنانچہ فاقہ کشی اور نامساعد حالات شاید ان لوگوں کا مقدر بن گئے ہیں۔ یہ ایک ارب انسان اپنی صحت کی حفاظت اور بیماریوں سے بچاؤ کو نگر کر سکتے ہیں جبکہ پینے کا صاف پانی اور مناسب و متوازن خوراک کا تصور بھی ان خنطوں میں موجود نہیں ہے، جہاں

ایک ارب سے زائد مفلس انسانوں کی اکثریت کے پاس موسم کے سرد گرم اور بارش سے بچاؤ کے لیے سروں پر نہ تو چھت میسر ہے اور نہ ہی موسم کی مناسبت سے لباس۔۔۔۔۔ یہاں تک کہ ان میں سے بہت سے لوگ تو ایسے بھی ہیں جو اپنی پوری زندگی تنگ پیر سی گزار دیتے ہیں اور انہیں چیل یا جوتے بھی میسر نہیں ہوتے۔۔۔۔۔ انہی ایک ارب انسانوں میں سے روزانہ۔۔۔۔۔ جی ہاں! روزانہ۔۔۔۔۔ تیس ہزار سے زائد انسان غربت، افلاس، احتیاج اور بیماریوں سے جنگ ہار جانے کے باعث ہلاک ہو جاتے ہیں۔۔۔۔۔ اور سالانہ 80 لاکھ انسان ایڑیاں رگڑ رگڑ کر اس لیے مر جاتے ہیں کہ ان کے مقدر پر بھوک ڈاکہ ڈال دیتی ہے، پھر ان کی لاشوں پر غربت رقص کرتی ہے۔ عالمی بینک کے ایک اندازے کے مطابق غربت کی انتہائی غلی سطح پر زندہ، فاقہ کش اور قحط کی سی صورتحال سے دوچار انسانوں کی سب سے بڑی تعداد براعظم ایشیا میں ہے لیکن افریقہ اس معاملے میں زیادہ بد قسمت براعظم قرار دیا جاسکتا ہے، اس لیے کہ یہاں کی کل آبادی کا تقریباً نصف حصہ اسی حالت میں زندگی گزار رہا ہے۔۔۔۔۔!

اس درجہ کے مفلس افراد مقیم ہیں۔۔۔۔۔ ایک ارب سے زائد ان مفلس انسانوں کی اکثریت کے پاس موسم کے سرد گرم اور بارش سے بچاؤ کے لیے سروں پر نہ تو چھت میسر ہے اور نہ ہی موسم کی مناسبت سے لباس۔۔۔۔۔ یہاں تک کہ ان میں سے بہت سے لوگ تو ایسے بھی ہیں جو اپنی پوری زندگی تنگ پیر سی گزار دیتے ہیں اور انہیں چیل یا جوتے بھی میسر نہیں ہوتے۔۔۔۔۔

انہی ایک ارب انسانوں میں سے روزانہ۔۔۔۔۔ جی ہاں! روزانہ۔۔۔۔۔ تیس ہزار سے زائد انسان غربت، افلاس، احتیاج اور بیماریوں سے جنگ ہار جانے کے باعث ہلاک ہو جاتے ہیں۔۔۔۔۔

کیا یہ انتہائی حد تک شرمناک صورتحال نہیں ہے؟۔۔۔۔۔ اس دنیا کے لیے جو چاند پر قدم رکھنے کا دعویٰ کرتی ہے!۔۔۔۔۔ جہاں مریخ کی تحفہ کے لیے اقدامات کیے جا رہے ہیں!۔۔۔۔۔ نت نئی ٹیکنیکس دریافت کی جا رہی ہیں!۔۔۔۔۔ اور غلاء میں آبادیاں بسانے کے منصوبے بنائے جا رہے ہیں!۔۔۔۔۔ لیکن المیہ یہ ہے کہ کمرۂ ارضی پر آباد اپنے جیسے ان انسانوں کا حال دریافت کرنے کی شاید ضرورت بھی محسوس نہیں کی جاتی جو آج کی اس ترقی یافتہ

دنیا میں بھوک و افلاس کے ہاتھوں روزانہ ہلاک ہو رہے ہیں۔۔۔۔۔ کیا آپ کو ایسا نہیں لگتا کہ آج بھی اعلیٰ تہذیبی قدروں کو ماضی کے کسی وحشیانہ دور کی طرح طاق نسیاں کا حصہ بنایا گیا ہے۔۔۔۔۔ جب دولت مند مہذب افراد بعض مفلسوں کو درندوں کے حوالے کر دیتے تھے اور موت کے اس ہولناک کھیل کو دیکھ کر اپنی دل بگٹی کا سامان کرتے تھے۔۔۔۔۔؟ بظاہر تو ایسا لگتا ہے کہ آج کا انسان ماضی کے انسان سے کہیں زیادہ خوشحال ہے۔ لیکن مجموعی طور پر دولت اور وسائل ماضی کی طرح آج بھی چند مخصوص قوتوں اور ہاتھوں میں مرکوز ہو چکے ہیں یا پھر مرکوز ہوتے جا رہے ہیں، اسی ارتکاز دولت کے باعث دنیا کی نصف آبادی جسم و جان کا رشتہ برقرار رکھنے کے لیے خوراک اور پانی کو ترس رہی ہے۔۔۔۔۔ اور سالانہ 80 لاکھ انسان ایڑیاں رگڑ رگڑ کر اس لیے مر جاتے ہیں کہ ان کے مقدر پر بھوک ڈاکہ ڈال دیتی ہے، پھر ان کی لاشوں پر غربت رقص کرتی ہے۔

عالمی بینک کے ایک اندازے کے مطابق غربت کی انتہائی غلی سطح پر زندہ، فاقہ کش اور قحط کی سی صورتحال سے دوچار انسانوں کی سب سے بڑی تعداد براعظم ایشیا

باب العلم حضرت علی

معلوم نہیں ہوسکا کہ ”راز“ کیوں ہے....؟

بہت کچھ سنا، کتابوں کے انبار میں بیٹھا رہا، ایجاد پر غور کیا کبھی زمین پر اٹھتی لہریں دیکھیں، فرش پر پھول کے تحت دیکھے اور سایہ دار شجر کو بھی ملاحظہ کیا۔ دنیا کے راحت و آرام، سکون، اضطراب، بے چینی، پریشانی المٹا کر مناظر بھی سامنے آئے۔

ان مناظر کو گلزار میں، بیابان میں اور خزاں میں

دیکھا، درختوں کو آہ فغاں کرتے سنا،

خزاں اور بہار کی زندگی میں

آندھی، طوفان کی طرح سرگرداں تھا کہ قدرت کی

طرف سے ایک ”نور“ طلوع ہوا، بجلی کو ندی، نظر روشن

ہوئی دماغ کے جل بھج خلیوں نے پہلے ”دیدہ کور“ کر دیا

پھر ”دیدائے حق“ بنا دیا.... علم کے دروازے کی

جھلک پڑی صوت سردی کو ٹنٹی۔

”کائنات ایک لفظ ہے....“

ماضی.... حال....

مستقبل.... سب ”لفظ“

ہیں.... یہ لفظ کیا

ہیں....؟

حال Present کیا ہے؟ مستقبل Future

کیا ہے....؟ ماضی Past کس فارمولے پر قائم ہے....؟

ہم کیسے سمجھیں کہ حال کیا ہے....؟ مستقبل کیا

ہے....؟ اور ماضی کیا ہے....؟

آج کی نشست میں فقیر پُر تقصیر بندے کی کچھ

معروضات پیش ہیں.... میں ایک بندہ ہوں جس کی نہ کوئی

اپنی زندگی ہے اور نہ کنارہ ہے، حال ہے

نہ کوئی مستقبل ہے۔ جب کچھ نہیں ہے تو

پھر میں کیا ہوں؟ کون ہوں؟ کہاں سے آیا ہوں....؟

مسلل شب و روز کس سفر پر چاہتے ہوئے نہ چاہتے

ہوئے چل رہا ہوں، یہ نہیں دیکھا کس مقام سے آیا ہوں،

یہ بھی نہیں جانتا کہاں جا رہا ہوں؟ یہ علم نہیں کہ میرا

وجود ہے....؟ عارضی ہے یا مستقل ہے....؟

پہلے بہت ساری باتیں سنی ہوں گی

پھر انہیں باتوں کو خود بھی دہرانے

لگا۔ وقت گزرا کچھ راز کھلے

لیکن مفروضہ حواس

میں حقیقت کا سراغ

نہیں ملا، اور راز

وارہیزد بھی نوع انسانی کے لئے شدید خطرہ بنے ہوئے ہیں.... ایسے میں ضرورت اس بات کی ہے کہ ترقی یافتہ دنیا کے وہ افراد بھی نوع انسانی کی بقا کے لیے کوئی دور رس حکمت عملی طے کریں جن کے ہاتھوں میں اختیار ہے، جن کے پاس وسائل کا اتنا ہر ہے اور وسائل کا یہ انبار ان کی ذاتی ملکیت نہیں ہے، اس لیے کہ قدرت کے تخلیق کردہ ان وسائل پر نوع انسانی کے ہر فرد کا حق ہے.... لہذا وسائل پر سرمایہ پرستوں کا ہی قبضہ سراسر غاصبانہ ہے.... انہی چالاک اور عیار لوگوں نے نوع انسانی کو آنکھوں میں دھول جھونک کر، ان کے ذہنوں پر اپنی علمی برتری کی دہشت بٹھا کر، انہیں مفروضہ دشمن کا ڈراودا دے کر، انہیں باہمی جنگ و جدل میں الجھا کر اور ان کے عقل و شعور پر پھرے بٹھا کر انہیں کو لہو کا تیل بنا دیا ہے.... سرمایہ داروں اور ساہوکاروں کو فقط اپنے تجارتی مال کی فروخت اور اس سے حاصل ہونے والے سرمائے سے غرض ہے، انہیں اس بات کی کوئی پروا نہیں کہ ان کے تجارتی مال کی نوع انسانی کو کس حد تک ضرورت ہے.... وہ اشتہار بازی سے انسانوں میں ہوس کو بیدار کرتے ہیں اور اس میں تحریک پیدا کر دیتے ہیں۔ چنانچہ محدود آمدنی والے افراد بھی ایسی چیزوں کی خریداری پر خون پسینے سے کمائی جانے والی رقم خرچ کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں، جس کی نہ آج انہیں ضرورت ہے اور نہ ہی آئندہ کبھی ضرورت پڑ سکتی ہے اور نہ ہی اس چیز کے استعمال سے ان کے شعور، فکر اور اخلاق میں کوئی ترقی ہو سکتی ہے.... بلکہ اکثر ان اشیاء کے استعمال کے بعد ان کے اندر خود غرضانہ جذبات میں بہت تیزی کے ساتھ اضافہ ہو جاتا ہے اور وہ بے سکونی، ذہنی انتشار اور ڈپریشن میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ چالاک اور عیار صفت عالمی ساہوکاروں کے پاس

میں ہے لیکن افریقہ اس معاملے میں زیادہ بد قسمت براعظم قرار دیا جاسکتا ہے، اس لیے کہ یہاں کی کل آبادی کا تقریباً نصف حصہ اسی حالت میں زندگی گزار رہا ہے.... ان خطوں میں پندرہ کروڑ سے زائد بچے وزن کی کمی کا شکار ہیں، ان میں سے ایک کروڑ سے زائد کی تعداد سالانہ اپنی عمر کے پانچ سال پورے کرنے سے قبل ہی موت کی نیند سو جاتی ہے، ان کی موت کی وجہ یا تو خوراک کی کمی یا پھر ہلاکت تیز بیماریاں ہوتی ہیں جنہیں ان بچوں کے ناقص جسم برداشت کرنے کے قابل نہیں ہوتے۔ اقوام متحدہ کی ایک رپورٹ کے مطابق دنیا میں چھ کروڑ بچے مفلس، بیماریوں اور عدم تحفظ کے ماحول میں پروان چڑھ رہے ہیں۔ ظاہر ہے بچپن میں خوراک کی کمی، بیماری اور ناکافی نگہداشت ان بچوں کے مستقبل کی مناسب نشوونما اور تحصیل علم میں اہم رکاوٹ ثابت ہوں گی، یہ لاغر و کمزور بچے لاغر و کمزور نوجوان بنیں گے۔ اسی طرح فاقہ کش لڑکیاں اپنی زندگی کے اگلے مرحلے میں فاقہ کش کمزور مائیں بن کر ایسے کم وزن بچوں کو جنم دیں گی، جن میں جسمانی کمزوری کے سبب قوت مدافعت کم ہوتی ہے اور چونکہ آئندہ بھی ان بچوں کو مناسب خوراک ملنے کی توقع نہیں ہوتی اس لیے نازل وزن کے حامل بچوں کی یہ نسبت ان بچوں کے لیے موت کے خطرات بھی زیادہ ہوتے ہیں.... کیا آئندہ نسل کے ایک بڑے حصے کو کمزور وجود اور مفلوج ذہن بننے پر مجبور نہیں کیا جا رہا....؟

یہ سرمایہ پرستوں اور نفس کے پیچاریوں کا ہی تو کیا دھرا ہے کہ جہاں ہزاروں افراد غربت و افلاس کے ہاتھوں روزانہ ہلاک ہو رہے ہیں، خانہ جنگیوں میں مارے جا رہے ہیں اور نظام فطرت میں مداخلت کے باعث آنے والی قدرتی آفات سے ہلاک ہو رہے ہیں، وہیں دوسری طرف دنیا بھر میں موجود ایک لاکھ اٹھائیس ہزار ایسی

✽.... قرآن کی رستی کو مضبوط پکڑو۔ اس سے نصیحت حاصل کرو۔ جو چیز اس نے حلال قرار دی ہے اسے حلال سمجھو، جس چیز کو اس نے حرام قرار دیا ہے، اسے حرام سمجھو۔

✽.... معافی اچھا انتقام ہے۔

✽.... جو شخص اپنے باطن کو درست کرے گا اللہ تعالیٰ اس کا ظاہر بھی درست کر دے گا۔

✽.... بات کہنے والے کو نہ دیکھو بلکہ بات کو دیکھو۔

حضرت علیؑ نے فرمایا....

✽.... ہمسائے سے بدسلوکی اور نیکی کا رے بدی کرنا اچھائی درجے کی بد بختی ہے۔

✽.... کارخانہ قدرت میں فکر کرنا بھی عبادت ہے۔

✽.... لوگ حصول علم کی طرف اس لیے بھی راغب نہیں ہوتے کہ وہ اکثر عالموں کو بے عمل پاتے ہیں۔

✽.... زیادہ علم والوں سے علم سیکھو اور کم علم والوں کو اپنا علم سکھاؤ۔

✽.... کسی پر احسان کرو تو اس کو چھپاؤ اور اگر تم پر کوئی احسان کرے تو اس کو ظاہر کرو۔

✽.... جب تک کسی شخص کا پورا حال معلوم نہ ہو اس کے بزرگ (خدا) رسیدہ) ہونے پر اعتقاد نہ رکھو۔

✽.... علم مال سے بہتر ہے، علم تمہاری حفاظت کرتا ہے اور تم مال کی حفاظت کرتے ہو۔

✽.... میں نے خدا کو اپنے ارادوں کے نوحے سے پہچانا۔

✽.... بادشاہت کفر کے ساتھ جمع

ہو سکتی ہے ظلم کے ساتھ نہیں۔

✽.... عقلمند دشمن بے وقوف دوست سے بہتر ہے۔

✽.... فقیہ وہ ہے جو لوگوں کو اللہ کی مہربانیوں سے نہ مایوس کرے۔

✽.... اسلام کیا ہے؟.... تسلیم (بلا چوں و چراں فرماں برداری).... اور تسلیم ہے یقین اور یقین سے مراد ہے تصدیق اور تصدیق نام ہے مشاہدہ کا۔

✽.... یقین رکھتے ہوئے سو رہنا ایسا کام کرے کہ لوگوں کے دل اس نماز سے بہتر ہے جو شک میں ادا

کی جائے۔

✽.... اپنی اولاد کو اگلے زمانے کے حساب سے تربیت دو کیونکہ وہ تمہارے زمانے کے لیے پیدا نہیں کیے گئے۔

✽.... جو عمل کے بغیر دعا مانگا ہے، یہ ایسا ہے جیسے بغیر کمان کے تیر چلانا۔

✽.... لوگوں سے دعا کی التماس کرنے سے بہتر ہے کہ انسان خود ایسا کام کرے کہ لوگوں کے دل سے خود بخود اس کے لیے

دعائیں نکلیں۔

✽.... عقلمند وہ ہے جو اپنا ہر ایک سانس غیر مفید کام میں ضائع نہ کرے۔

✽.... جو شخص انجام پر نظر رکھتا ہے وہ بہت سی خرابیوں سے محفوظ رہتا ہے۔

✽.... جو شخص سوچ سمجھ کر جواب دیتا ہے وہ اکثر صحیح جواب دیتا ہے اور جو شخص کام کرنے سے پہلے سوچ لیتا ہے وہ اکثر ٹھیک کام کرتا ہے۔

یہ ”اسم“ جس سے نئی تخلیقات وجود میں آتی ہیں اور آتی رہیں گی۔ اسم ذات اور اسم ذات کی صفات اللہ تعالیٰ کا نور ہے۔

اللہ تعالیٰ آسمانوں اور زمین کا نور ہے۔ (سورۃ النور- آیت 35)

نور نباتات، جمادات، حیوانات، جنات، انسانوں اور فرشتوں میں زندگی کی تحریکات پیدا کرتا ہے۔ کائنات کا ہر فرد ”نور“ کی لہروں کے ساتھ بندھا ہوا ہے۔

کائنات میں جو کچھ موجود ہے سب ”نور“ کی تحریکات ہیں نور ہی لفظ ”کن“ کا مظاہرہ ہے۔

ہماری مجبوری ہے کہ ہم نور کا مترادف لفظ تلاش نہیں کر سکے۔ نور روشنی ہے۔ لاشعار روشنیاں ہیں ان کی تعداد کوئی زبان بتانے سے قاصر ہے۔ اللہ تعالیٰ کے نام کائنات میں موجود ہر تخلیق کے اجزاء ہیں۔ انسان کے اندر حواس کی مجموعی تعداد ساڑھے گیارہ ہزار بتائی جاتی ہیں۔

”اللہ تعالیٰ نے آدم کو ساری چیزوں کے نام (علم الاسماء) سکھائے۔“ (سورۃ البقرہ- آیت 31)

اللہ تعالیٰ کے ہر اسم میں تخلیقی قدریں مکمل طرزوں کے ساتھ موجود ہیں۔

”اللہ تعالیٰ آسمانوں اور زمین کا نور ہے۔“ (سورۃ النور- آیت 35)

اللہ تعالیٰ کا نور ہی لہروں کی شکل میں نباتات، جمادات، حیوانات، معدنیات، جنات، انسان اور فرشتوں میں زندگی کی تحریکات بنتا ہے۔ نور کی لہریں کائنات کی ہر مخلوق کے ہر فرد میں تحریکات پیدا کرتی ہیں۔ ہم ان تصویروں کو وابہ، خیال، تصور اور فکر کے نام سے جانتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے!

”لوگو مجھے پکارو میں سنوں گا۔“

”لوگو مجھ سے مانگو میں دوں گا۔“ (سورۃ المؤمن- آیت 60)

”اور اللہ تعالیٰ کے اچھے اچھے نام ہیں پس ان اچھے ناموں سے اللہ کو پکارتے رہو۔“ (سورۃ الاعراف- آیت 180)

”ایمان والو اللہ تعالیٰ کا ذکر کثرت سے کرتے رہو اور صبح

شام اس کی تسبیح میں لگے رہو۔“ (سورۃ اکل عمران- آیت 41)

کو تاہیوں خطاؤں اور قرآن وحدیث کے خلاف عمل سے بچو۔ جب کوئی بندہ جانتے بوجھتے خطاؤں اور گناہوں کو مقصد بنا لیتا ہے۔ اس کے لیے قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ کا یہ ارشاد ہے:

”مہر لگادی اللہ نے ان کے دلوں پر ان کے کانوں پر آنکھوں پر پردہ ڈال دیا اور ان لوگوں کے لیے دردناک عذاب ہے۔“ (سورۃ البقرہ- آیت 07)

کو تاہیوں سے بچو، شیطانی طرز عمل کو اختیار نہ کرو یاد رکھو۔ نیکی اور برائی دونوں اعمال و افعال کے تابع ہیں، متوجہ رہو ذہن، زبان، ہاتھ اور پیر انسانی طرز عمل میں استعمال ہوتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کی مخلوق کو دوست رکھو، مخلوق کی خدمت کرو۔

”اے ایمان والو! جب کسی جماعت سے تمہارا مقابلہ ہو تو ثابت قدم رہو اور اللہ تعالیٰ کا کثرت سے ذکر کرو۔“ (سورۃ الانفال- آیت 45)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

سنو ذکر کی مجالس کو لازم پکڑو جہاں اللہ تعالیٰ کا ذکر ہوتا ہے وہاں فرشتوں کا شامل ہونا عمل خیر کی بشارت ہے۔ ذکر کی مجالس، اللہ تعالیٰ کی خوشنودی دین اور دنیا کی کامیابی کا ذریعہ ہیں۔ اللہ تعالیٰ کے ذکر سے رحمت کا نور اور اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے۔

”نماز قائم کرو میرے ذکر کے لیے“ (سورۃ طہ- آیت 04)

صلوٰۃ سے مراد یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کے ساتھ ایسا ربط قائم ہو جائے کہ بندہ اللہ کو دیکھ لے یا اسے ایمان کا ایسا کمال حاصل ہو جائے کہ وہ مشاہدہ کر لے کہ اللہ اسے دیکھ رہا ہے۔ باب العلم امیر المؤمنین حضرت علیؑ فرماتے ہیں:

میں نے فرامین الہی میں سے بارہ کلمات اخذ کئے ہیں جن پر میں روزانہ تین بار غور و فکر کرتا ہوں.... وہ کلمات یہ ہیں۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں:

1- اے ابن آدم تجھ کو کسی حاکم اور دشمن یہاں تک کہ جن اور شیطان سے ہرگز ذرا نہیں چاہیے۔ کیونکہ میری

شیخ الاسلام

بہاء الدین زکریا ملتان

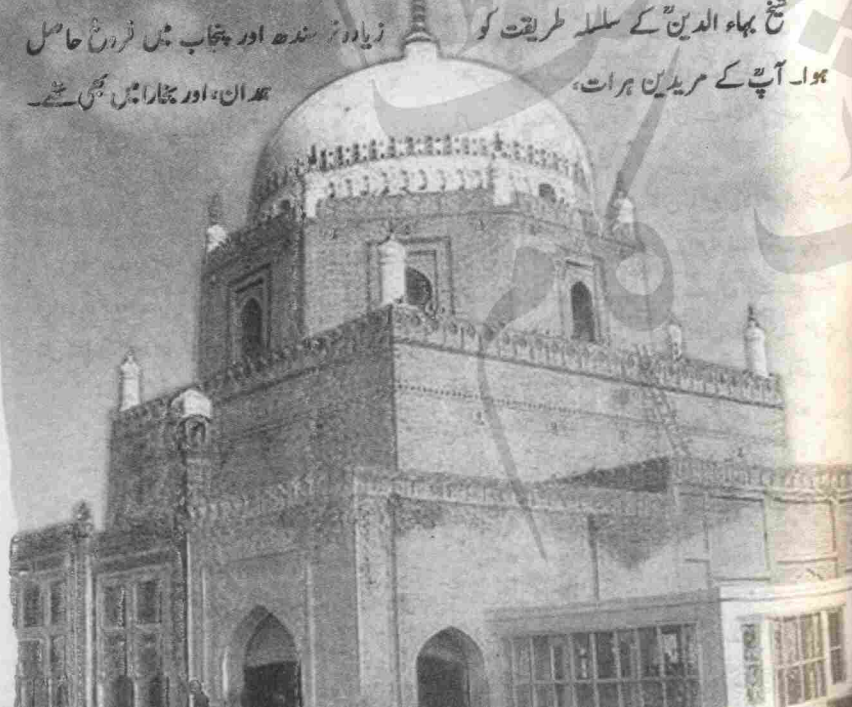
ملتان کو اولیاء اللہ کی سر زمین کہا جاتا ہے۔ یہاں متعدد نامور بزرگان دین کے مزارات ہیں۔

مخدوم بہاء الدین زکریا،

ان کے پوتے شاہ رکن عالم، حضرت شمس الدین سبزواری اور حضرت شاہ جمال خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔ شیخ بہاء الدین زکریا ملتان میں تقریباً پچاس سال سے کچھ نامہ عرصہ تک خلق خدا کو فیض پہنچانے میں مصروف رہے۔ آپ کی عظیم الشان خانقاہ قرون وسطیٰ کے ہندوستان میں صوفیانہ تعلیمات کی تبلیغ و ترویج کا ایک بہت بڑا مرکز بن گئی تھی۔ سلطان شمس الدین اتہش نے آپ کو شیخ الاسلام کے عہدے پر مقرر کیا۔ یہ عہدہ ایک مدت تک آپ کے خاندان میں قائم رہا۔

شیخ بہاء الدین کے سلسلہ طریقت کو زیادہ تر سندھ اور پنجاب میں فروغ حاصل ہوا۔ آپ کے مریدین ہرات،

بھران، اور پٹارام میں بھی تھے۔



8- اے آدم کے بیٹے: دنیا کی تمام چیزیں اور تمام انسان مجھے اپنے لیے چاہتے ہیں اور میں تجھے صرف تیرے لیے چاہتا ہوں.... اور تو مجھ سے بھاگتا ہے۔

9- اے آدم کے بیٹے: تو اپنی نفسانی غرض کی وجہ سے مجھ پر غصہ کرتا ہے مگر اپنے نفس پر میرے لیے کبھی غصہ نہیں کرتا۔

10- اے آدم کے بیٹے: تیرے اوپر میرے حقوق ہیں اور مجھے تجھے روزی پہنچانا ہے مگر تو میرے حقوق کی پروا نہیں کرتا بلکہ اس کی خلاف ورزی کرتا ہے.... لیکن میں پھر بھی تیرے اعمال پر، تیرے کردار پر خیال نہ کرتے ہوئے تجھے رزق پہنچاتا ہوں۔

11- اے آدم کے بیٹے: توکل کی روزی بھی مجھ سے آج ہی طلب کرتا ہے اور میں تجھے اس شرط پر روزی نہیں دیتا کہ تو بھی میرے فرائض پورے کر میں تو بے حساب رزق دیتا ہوں۔

12- اے آدم کے بیٹے: اگر تو اپنی اس چیز پر جو میں نے تیرے لیے مقدر کر دی ہے راضی ہو جائے تو بہت راحت اور آسائش سے رہے گا اور اگر اسکے خلاف تو نے میری تقدیر سے جھگڑا کیا اور اپنے مقدر پر راضی نہ ہوا تو یاد رکھ، میں تجھ پر دنیا کو مسلط کر دوں گا اور وہ تجھے خراب و خست کرے گی اور تو کتوں کی طرح دروازوں پر مارا مارا پھرے گا.... مگر پھر بھی تجھ کو اسی قدر ملے گا جو میں نے تیرے لیے مقدر کر دیا ہے....

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی زبانی بیان کردہ ان کلمات میں آدمی کی اپنی حقیقت۔ اللہ تعالیٰ کی چاہت، محبت اور بندے کے فرائض کی جانب واضح ارشادات موجود ہیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

ذکر کی مجالس پر ملائکہ کا نزول ہوتا ہے اور فرشتے

بقیہ: صفحہ 44 پر ملاحظہ کیجیے

بادشاہت ہمیشہ کے لیے قائم ہے۔

2- اے ابن آدم: کسی طاقت کے رعب میں نہ آنا، کسی امیر آدمی کی دولت کے سبب مرعوب نہ ہونا جب تک میرے خزانے میں تیرا رزق موجود ہے تجھے ملے گا اور یاد رکھ میرا خزانہ باقی اور میری طاقت غیر فانی ہے۔

3- اے آدم کے بیٹے: جب تو ہر طرف سے عاجز ہو جائے اور تیری فریاد سننے والا کوئی نہ ہو اور تو مجھ سے مانگے گا تو میں یقیناً تیری فریاد کو سنوں گا اور جو طلب کرے گا تجھے دوں گا۔ کیونکہ میں سب کا حاجت روا اور دعاؤں کا قبول کرنے والا ہوں۔

4- اے آدم کے بیٹے: تو یقین کے ساتھ سمجھ لے میں تجھے دوست رکھتا ہوں۔ تجھے بھی چاہیے کہ تو میرا ہو جائے اور مجھے یاد کیا کر۔

5- اے آدم کے بیٹے: جب تک تو پل صراط سے پار نہ ہو جائے میری جانب سے بے فکر نہ ہونا۔

6- اے آدم کے بیٹے: میں نے تجھے مٹی سے پیدا کیا ہے اور نطفہ کو اس کے رحم میں ڈال کر جہاں ہوا خون کر کے گوشت کا ایک ٹوٹھا بنایا پھر رنگ و شکل ممتاز کر کے ہڈیوں کا ایک خول تیار کیا پھر اس کو انسانی لباس پہنا کر اپنی روح چھوٹی پھر ایک معین مدت گزرنے کے بعد عالم اسباب میں پیدا کر دیا۔ اے اللہ! تیری اس ساخت اور ایجاد میں کسی قسم کی کوئی دشواری پیش نہیں آئی۔ پس اب تو سمجھ لے کہ میری قدرت ایسے عجیب امور کو پایہ تکمیل تک پہنچاتا ہے کیا اب وہ تجھ کو دو روٹی نہیں دے سکے گا....؟ پھر تو کس وجہ سے مجھے چھوڑ کر غیر سے مانگتا ہے۔

7- اے آدم کے بیٹے: یہ دنیا اور دنیا کی تمام چیزیں تیرے واسطے پیدا کیں ہیں.... اور تجھے خالص اپنی عبادت کے لیے پیدا کیا ہے.... مگر افسوس.... ان اشیاء پر جو تیرے لیے پیدا کی گئی تھیں تو نے خود پر قربان کر دیا اور مجھے بھول گیا۔

(گزشتہ سے پیوستہ)

ہے۔“ اس کے بعد آپ نے صندوقچے میں موجود تمام دینار ضرورت مند مستحقین میں تقسیم کرادیے۔

ایک مرتبہ بخارا کے ایک عالم دین جو علم و فضل میں خوب شہرت رکھتے تھے، لوگ ان کو بہت بڑا عالم سمجھتے تھے، سیر و سیاحت کرتے ہوئے ہندوستان کی طرف آئے اور دہلی جاتے ہوئے، ملتان میں کچھ دن قیام کیا۔

کوئی ملتان آئے اور حضرت شیخ بہاء الدین زکریاؒ سے نہ ملے، یہ ممکن نہیں تھا۔ کچھ لوگوں نے اس طرف توجہ بھی دلائی لیکن ان کی شان تکبر کا یہ عالم تھا کہ صاف انکار کر دیا۔ جب ملتان سے رخصت ہونے لگے ان کے ساتھ آئے ہوئے لوگوں نے ایک مرتبہ پھر اصرار کیا۔ حضرت کے اوصاف بیان کیے۔

محمد اقبال جیلانی

”یہ کوئی معمولی بزرگ نہیں ہیں۔ حضرت شیخ شہاب الدین سہروردی کے خلیفہ اکبر ہیں۔ اس سے ایک مرتبہ مل توئیں۔ ان سے ملنا ہم سب کے لیے خیر و برکت کا باعث ہوگا۔“

پہلے تو انکار کرتے رہے لیکن ساتھیوں کا اصرار بہت بڑھا تو تیار ہو گئے اور ساتھیوں کے ہمراہ خانقاہ میں پہنچے۔ خوب تیاری سے آئے تھے۔ ان کے بال بہت لمبے تھے جن کی دو لٹیں ان کے شانوں پر جھول رہی تھی۔ سر پر بہت بڑا عمامہ باندھ رکھا تھا جس کا شملہ نیچے لٹک رہا تھا۔

وہ عالم جب آپ کی خانقاہ میں داخل ہوئے تو حضرت بہاء الدین زکریاؒ نے مسکراتے ہوئے ان کی طرف دیکھا اور لوہا باطن سے ان کی دلی کیفیت کو بھانپ لیا۔ پھر ان سے مخاطب ہو کر فرمایا

”یہ کندھوں پر دو سانپ لٹکا کر آئے ہو۔“

آپ کا یہ فرمان تھا کہ اس عالم نے گھبرا کر اپنے کندھوں کی جانب دیکھا۔ کندھوں پر واقعی دو اصلی سانپ

حضرت بہاء الدین زکریاؒ کی شان بے نیازی کا یہ عالم تھا کہ دنیا کے مال و دولت سے بے پروائی اختیار کرتے تھے۔ نہ مال کے آنے سے خوشی ہوتی نہ مال کے جانے کا دکھ کرتے۔ پروردگار عالم کا آپ پر خصوصی فضل و کرم تھا۔ آپ کو کبھی مال و دولت کی کمی محسوس نہیں ہوئی۔ آپ ہمیشہ مال و دولت سے مستغنی رہے۔

ایک دن اپنے ایک خادم سے فرمایا کہ جاؤ اور وہ صندوقچہ اٹھا کر میرے پاس لے آؤ جس میں پانچ ہزار سرخ دینار رکھے ہوئے ہیں۔

آپ کے حکم کی تعمیل میں خادم گیا اور صندوقچہ تلاش کرنا شروع کیا لیکن صندوقچہ کہیں بھی نہ ملا۔ اسی وقت

گھبرا ہوا آپ کی خدمت میں پہنچا اور صندوقچے کی کشفگی کی اطلاع دی۔

”حضور، وہ صندوقچہ کہیں نہیں مل رہا ہے۔“

”الحمد للہ!“ آپ نے ارشاد فرمایا۔

”میں پھر دیکھتا ہوں۔“ خادم نے کہا اور صندوقچہ ڈھونڈنے چلا گیا۔

خادم نے وہ صندوقچہ دوبارہ تلاش کرنے کی کوشش کی اور بالآخر وہ اسے مل گیا۔ وہ خوش خوشی آپ کی خدمت میں پہنچا۔ ”حضور مبارک ہو۔ صندوقچہ مل گیا ہے۔“

”الحمد للہ!“ آپ نے پھر فرمایا۔

”یاسیدی!“ حاضریں میں سے کسی نے پوچھا۔

”آپ نے صندوقچے کی کم شدگی کی اطلاع ملنے پر بھی الحمد للہ فرمایا اور پھر جب اس کے مل جانے کی خبر سنی، تب بھی یہی کلمات ادا کیے۔ اس میں کیا حکمت ہے۔“

ارشاد فرمایا۔ ”فقیروں کے لیے دنیا کا وجود اور عدم دونوں برابر ہیں۔ ان کو کسی شے کے آنے سے نہ تو خوشی ہوتی ہے اور نہ ہی اس کے چلے جانے سے کوئی غم ہوتا

لٹک رہے تھے۔ وہ یہ منظر دیکھ کر دہشت زدہ ہو گئے۔ سمجھ گئے کہ دلی اللہ کی نگاہ کیا اثر کام کر گئی۔ فوراً قدموں پر گر گئے اور معافی کے خواستگار ہوئے۔

”اتنی سی بات سے گھبرا گئے۔“

آپ نے فرمایا۔ ”یہ تو آپ کا غرور و تکبر تھا جو اللہ تعالیٰ نے آپ کو سانپوں کی شکل میں دکھا دیا۔ اس غرور کو ساتھ لیے پھر رہے تھے۔ اس کی اصلی شکل دیکھ کر خوف زدہ ہو گئے۔“

بخارا کے عالم نے شرمندگی کا اظہار کیا اور ارادت مندوں کی صف میں شامل کیے جانے کی درخواست کی۔ آپ نے ان کو دست مبارک پر بیعت کیا۔ اس کے بعد وہ عالم چلے گئے اور پھر جب تھوڑی دیر بعد واپس آئے تو حلیہ ہی بدلایا ہوا تھا۔ سر کے بال منڈوا لیے تھے اور جبہ دستار اتار دی تھی۔ اپنی دستار کا شملہ چھوٹا کر لیا تھا اور پھر ایک مدت تک آپ کی خدمت میں رہے۔

”آپ تو دہلی جا رہے تھے۔“ ایک دن مسکرا کر دریافت فرمایا۔

”آپ کی نگاہ کرامت کے طفیل اب کہیں جانے کو دل نہیں چاہتا۔“ ایک عرصے تک وہ عالم حضرت بہاء الدین زکریاؒ کے زیر سایہ ایک حجرے میں بند ہو کر عبادت و دریافت میں مشغول رہے۔ کوئی جب ان سے پوچھتا تو کہتے کہ میں نے کسی مدرسے سے علم حاصل نہیں کیا۔ میں نے جو کچھ بھی حاصل کیا ہے۔ حضرت بہاء الدین زکریاؒ کی نگاہ فیض سے پایا ہے۔

حضرت سید جلال الدین سرخ بخاریؒ حضرت شیخ بہاء الدینؒ کے خاص دوست تھے۔ یہ بخارا کے رہنے والے تھے اور بخارا سرد علاقہ ہے جبکہ ملتان کی گرمی

مشہور ہے۔ ایک مرتبہ آپ ملتان تشریف لائے گرمی عروج پر تھی۔ ایک دن حجرے میں تشریف فرما تھے۔ گرمی برداشت سے باہر ہوتی جا رہی تھی۔ بے چینی کی حالت میں بے اختیار بخارا کا سرد موسم یاد آ گیا۔ بخارا کی برف یہاں کہاں۔ آپ کی زبان سے بے اختیار نکلا۔

حضرت بہاء الدین زکریاؒ اس وقت اپنے حجرے میں تشریف فرما تھے۔ آپ کو بہ ذریعہ کشف حضرت سرخ بخاریؒ کی دلی کیفیت معلوم ہو گئی۔ آپ اپنے حجرے سے باہر تشریف لائے اور ایک خادم کو بلا کر فرمایا کہ مسجد کے صحن سے تمام صفیں اٹھا کر جھاڑو دے دو۔

یہ دوپہر کا وقت تھا اور سورج پوری آب و تاب سے چمک رہا تھا۔ خادم حیران تھا کہ اس وقت صفیں اٹھا کر جھاڑو دینے کا حکم کیوں ملا ہے۔

ابھی خادم صفیں اٹھا کر اور جھاڑو دے کر فارغ ہوا ہی نہیں تھا کہ اچانک آسمان پر سیاہ بادل چھا گئے۔ دیکھتے ہی دیکھتے موسلا دھار بارش شروع ہو گئی۔ ساتھ ہی اولے بھی پڑنے لگے۔

گر میوں کی بارش میں اولے پڑنے کا کیا سوال....؟ مسجد کا پورا صحن اولوں سے بھر گیا۔ اللہ کی قدرت کے بارش صرف آپ کی خانقاہ میں ہوئی۔ خانقاہ کے باہر ایک قطرہ بھی نہیں گرا۔ حضرت جلال الدین سرخ بخاریؒ بھی خانقاہ کے اندر موجود تھے، ہر طرف اولے دیکھ کر حیران رہ گئے اور اپنے پاس موجود تمام برتن اولوں سے بھر لیے۔

تھوڑی دیر میں بارش ختم گئی۔ اب ظہر کی نماز کا وقت ہو چکا تھا۔ اذان کے بعد حضرت بہاء الدین مسجد میں تشریف لائے تو حضرت سرخ بخاریؒ مسجد ہی میں تشریف فرما تھے۔ ان کی طرف دیکھ کر مسکرائے اور فرمایا ”کیسے! ملتان کے اولے بہتر ہیں یا بخارا کی برف۔“

اگست ۲۰۱۲ء

انہوں نے عرض کیا

”سیدی! ملتان کے اوّلے ہزار دروہ بہتر ہیں۔“

یہ سن کر حضرت بہاء الدینؒ نے تبسم فرمایا۔

بلشبہ آپ کی کرامت تھی کہ پورا ملتان گرمی کی حدت سے گرم ہو رہا تھا اور صرف آپ کی خانقاہ اقدس پر بارش کے ساتھ اوّلے بھی پڑ رہے تھے۔



ایک مرتبہ حضرت شیخ بہاء الدینؒ کے چند عقیدت مند آپ کی زیارت کی غرض سے بغداد شریف سے ملتان کی طرف روانہ ہوئے۔ اتفاق ایسا ہوا کہ راستہ بھول گئے اور ایک ایسے طویل و عریض صحرائی جانب جا نکلے جہاں پر نہ کوئی سایہ دار درخت تھا اور نہ کوئی پانی کا چشمہ۔ پانی اور سائے کی تلاش میں سرگرداں یہ لوگ بہت در بدر ہوئے۔ راستہ سمجھ میں نہ آتا تھا۔ تھکاؤ بہت زیادہ ہو گئی تھی اوپر سے سورج کی تپش تھی۔ تپتی ہوئی ریت پر چلنا دشوار تھا۔ پیاس کی شدت کے باعث بے حال ہو گئے۔

تھک ہار کر روتے ہوئے بارگاہ الہی میں فریاد کی

”اے اللہ! ہم تیرے ایک برگزیدہ بندے کی زیارت کے لیے جا رہے ہیں۔ ہمارا مقصد نیک تھا۔ ہم راستے کی بھول بھلیوں میں کھو کر مصیبت میں مبتلا ہو گئے ہیں۔ سخت مشکل میں ہیں۔ اے اللہ! اپنے اس نیک بندے حضرت شیخ بہاء الدینؒ زکریاؑ کے طفیل ہماری مشکل آسان فرما۔ ہم سے اس مصیبت کو دور فرما۔ ہم پیاس کی شدت سے ہماری زبانیں خشک ہو گئی ہیں۔ حلق سے آواز نہیں نکل رہی ہے۔ ہم تیری بارگاہ اقدس میں فریاد کرتے ہیں کہ ہم پر خصوصی مہربانی فرما۔“

ان لوگوں کی گریہ و زاری ابھی جاری تھی کہ انہوں نے ایک دروہ کو اپنی طرف آتے دیکھا۔ اس نے ہاتھ میں ایک برتن پکڑا ہوا تھا جس میں پانی تھا۔ درویش کو

دیکھتے ہی انہوں نے سمجھ لیا کہ ان کی درویشی کی وجہ سے درویش نے پانی پلایا۔ پانی پی کر ان کی جان میں جان آئی اور ان کے اوسان بحال ہوئے۔ پھر درویش سے مخاطب ہوئے۔

”اے اللہ کے بندے! تم کون ہو اور تمہیں ہمارے حال کا علم کیسے ہو گیا۔“

درویش نے ان لوگوں کی باتوں کا کوئی جواب نہیں دیا اور خاموشی اختیار کیے رکھی اور دیکھتے ہی دیکھتے ایک طرف کوچل دیا۔ ان لوگوں نے تعاقب کرنا چاہا لیکن درویش غائب ہو گیا۔ وہ لوگ حیران تھے کہ اس لقا و وق صحرائیں کس درویش نے ان کی مشکل کو دور کیا اور پیاس بجھائی۔ اب ان کے لیے مشکل یہ تھی کہ ان کو راستے کے بارے میں کچھ معلوم نہیں تھا۔ وہ ناامید ہو کر ایک طرف کوچل دیے۔ ابھی تھوڑی ہی دور گئے تھے کہ انہیں آبادی کے آثار دکھائی دیے۔ وہ بہت خوش ہوئے اور اس راستے سے ہوتے ہوئے ملتان میں داخل ہوئے۔

ملتان پہنچ کر حضرت شیخ بہاء الدینؒ زکریاؑ کی خدمت میں حاضر ہوئے تو یہ دیکھ کر ان کی حیرت کی انتہا نہ رہی کہ جس درویش نے صحرائی بھول بھلیوں میں ان کو پانی پلایا تھا وہ خود حضرت شیخ بہاء الدینؒ ہی تھے۔

وہ لوگ حیرت کے سمندر میں غرق تھے۔

حضرت نے انہیں حیرت میں دیکھ کر فرمایا:

”پروردگار عالم کی قدرت بے شمار انداز سے ظہور میں آتی ہے اور اگر کوئی شخص ظاہری آنکھ سے پروردگار عالم کی رحمت کاملہ کو مجسم شکل میں دیکھ لے تو اس کے لیے لازم ہے کہ وہ قدرت کے اس راز کو اپنے سینے میں مخفی رکھے۔“

(حساری ہے)



روحانی نا محنت

برصغیر پاک و ہند میں دو قسم کی بادشاہتیں ساتھ ساتھ قائم رہیں، ایک تخت و تاج کے حکمرانوں کی اور دوسری خانقاہ کے بوریہ نشینوں کی۔ مسلم سلاطین کے پاس جنگی صلاحیت اور ساز و سامان تھا۔ وہ ان کے ذریعے ملک فتح کرتے تھے۔

دیوتاؤں اور بتوں کے آگے سجدہ کرنے سے آزاد کر کے صرف خدائے وحدہ لا شریک کی بندگی کا پابند بنادیا۔ حضرت بابا تاج الدین ناگپوریؒ برصغیر کے ان ہی اولیائے کرام کی صف میں ایک ممتاز مقام

حضرت بابا تاج الدین ناگپوریؒ

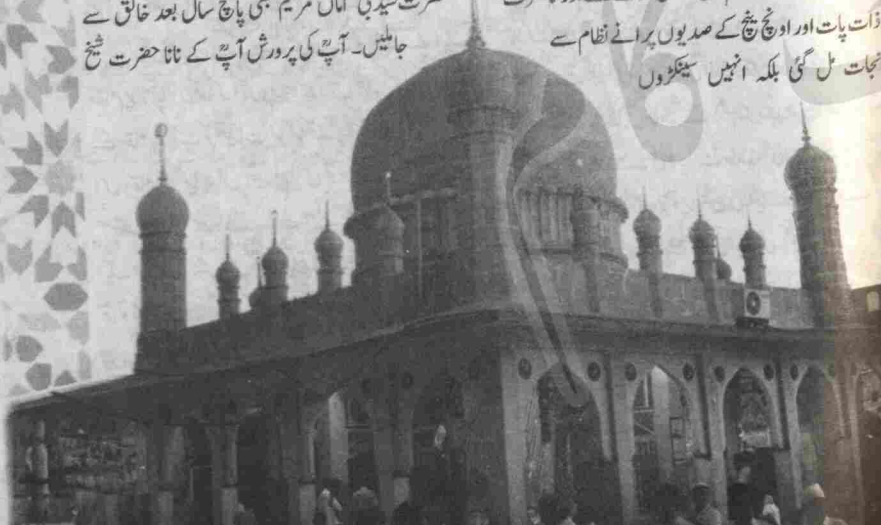
آپ کا روحانی تصرف آج بھی جاری ہے۔

کے حامل ہیں۔ آپ کے آباء اجداد مدینہ منورہ سے ہندوستان آئے اور مدراس میں سکونت اختیار کی۔ 1862ء میں آپ کی پیدائش ہوئی۔

بابا تاج الدینؒ کے والد محترم مولانا بدر الدینؒ آپ کی ولادت سے قبل ہی رحلت فرما گئے جبکہ والدہ محترمہ حضرت سیدی اماں مریم بھی پانچ سال بعد خالق سے جا ملیں۔ آپ کی پرورش آپ کے نانا حضرت شیخ

صوفیائے کرام کے پاس محض محبت کے خزانے تھے۔ جن کی بدولت وہ انسانی قلوب کی تسخیر کرتے تھے۔

برصغیر میں اسلام کے فروغ کے لیے خاندان چشتیہ اور دیگر اولیائے کرام نے جو خدمات سر انجام دیں وہ مسلم سلاطین کی کوششوں پر کہیں زیادہ فوقیت رکھتی ہیں۔ اسلام کا قائلہ انہیں اولیائے کرام کی کوششوں سے آگے بڑھا انہوں نے ناصر پیغام حق سنایا بلکہ محبت، اخلاص اور ایثار کا ایسا عملی نمونہ پیش کیا کہ دیکھتے ہی دیکھتے لوگ جوق در جوق حلقہ اسلام میں داخل ہونے لگے اور ناصر ذات پات اور اونچ نیچ کے صدیوں پرانے نظام سے نجات مل گئی بلکہ انہیں سینکڑوں



میران (صوبدار میجر) نے کی۔ حضرت بابا تاج الدین نے ابتدائی تعلیم کامٹی (ٹانگپور سے ملحقہ علاقہ) میں حاصل کی۔

آپ ایک روز کتب میں موجود تھے کہ کامٹی کے مشہور مجذوب بزرگ حضرت عبداللہ شاہ کامٹو کتب میں تشریف لائے اور بابا صاحب کی جانب اشارہ فرما کر معلم سے فرمایا کہ اس کو کیا پڑھا رہے ہو، یہ پڑھا پڑھایا آیا ہے۔ غرضیکہ جلد ہی آپ نے تمام علوم ظاہری میں یدِ طولیٰ حاصل کر لیا۔

خاندان کے بزرگوں نے آپ کو فوج میں داخل کرادیا۔ دورانِ ڈیوٹی (ساگر میں) آپ حضرت واڈو کی ساگرٹی کے مزار اقدس پر تشریف لے جاتے اور ذکرِ واڈو کرتے....

جلد ہی بابا صاحب کے کشف و کرامات عوام پر ظاہر ہونے لگے۔ دورانِ ڈیوٹی آپ کو کئی مقامات پر ایک ہی وقت میں موجود پایا جانے لگا، چنانچہ ایک روز فوج کے کرنل نے آپ کو تنبیہ کی اور کہا کہ آپ پورے وقت ڈیوٹی پر حاضر رہا کریں میں نوٹ کر دوں گا۔

کرنل کا بیان ہے کہ جب میں رات کو گشت کے ایک مقام پر پہنچا تو دیکھا کہ وہاں پر موجود ہیں جبکہ کسی اور ڈیوٹی کے مقام پر آپ کو تعینات کیا گیا تھا۔ چنانچہ میں جیب میں اس مقام پر گیا جہاں تعیناتی تھی تو دیکھا کہ آپ وہاں مستعدی سے پہرہ دے رہے ہیں۔ میں حیران ہوا اور ایک مرتبہ پھر میں اس جگہ گیا جہاں پہلے آپ کو موجود پایا تھا تو میں نے دیکھا کہ آپ بدستور عبادت میں مشغول ہیں۔ صبح کو کرنل نے بابا صاحب کو بلا کر وضاحت طلب کی کہ آپ ایک ہی وقت میں دو مقامات پر کیسے موجود تھے چنانچہ راز اثناء ہونے کے بعد آپ نے کرنل سے فرمایا کہ:

لو حضرت اپنی پیٹی اور وردی اب ہم سے دو دو نوکریاں نہیں ہو سکتیں....

فوج سے سکندوشی کے بعد بابا صاحب نے زیادہ تر وقت ٹانگپور سے متصل واک کے گھنے جنگلوں میں گزارا جہاں قدم قدم پر خوشنوار شیر اور جنگلی درندے موجود تھے۔ اس جنگل کے اڑھسے بھی دنیا میں شہرت رکھتے ہیں۔

ایک روز بابا صاحب واک کے جنگل میں تشریف فرما تھے کہ شیر کی دہائسانی دی کچھ مجمع شیعہ کی دہائسن کر پیچھے ہٹ گیا کچھ لوگ موجود رہے کہ یکایک ایک طرف کی گھنی جھاڑیوں سے شیر برآمد ہوا اور بابا صاحب کے پاؤں کے تلوے چاٹ کر واپس چلا گیا۔

واکی کے گھنے جنگل سے آپ ٹانگپور تشریف لائے جہاں ہر وقت لوگوں کا جھوم آپ کے ساتھ رہتا، آپ لوگوں سے مخاطب ہو کر فرماتے کہ جاؤ تم سب کام کام ہو گیا تو لوگ واپس ہو جاتے اور اپنی مرادیں پاتے۔

اسی دوران ٹانگپور کے مرہٹہ راجہ مہاراجہ رگھوجی رافا بھونسلے ٹیل کی اہلیہ علیل ہوئیں اور زچگی کے مرحلے میں نازک صورتحال سے دوچار تھیں۔ بڑے بڑے ڈاکٹر حکیم موجود تھے مگر کسی قسم کا کوئی افاقہ نہیں ہو رہا تھا ڈاکٹروں کی رائے کے مطابق حاملہ کے رحم میں بچہ مر چکا تھا اور جلد ہی آپریشن نہ ہونے کی وجہ سے حاملہ بھی زہر سے مر سکتی تھی مہاراجہ ڈاکٹروں کو آپریشن کی اجازت نہیں دے رہا تھا، ادھر اہلیہ کی طبیعت بگڑتی جا رہی تھی۔ اسی دوران مہاراجہ کے ایک ڈرائیور نے جو بابا صاحب کا بے حد متعلق تھا مہاراجہ سے کہا کہ شہر میں ایک مسلمان ولی کامل موجود ہیں آپ ان کے پاس چلیے اور دعا کی درخواست کیجیے شاید کوئی سبب بن جائے۔

مہاراجہ نے ڈرائیور کی بات سنتے ہی کہا کہ ہاں

جلد سے جلد ہمیں لے چلو۔ ڈرائیور خوشی خوشی مہاراجہ کو لے کر بابا صاحب کی خدمت میں پہنچا اور مہاراجہ نے بابا صاحب سے باجریان کیا.... آپ نے مہاراجہ سے فرمایا مبارک ہو حضرت لڑکا ہو تولد وراثت۔

ڈرائیور نے یہ سنتے ہی کہا کہ مہاراجہ واپس چلیے کام ہو گیا۔ مہاراجہ قدم چھو کر جب محل میں پہنچا تو خادموں نے دروازے پر مہاراجہ کو مبارک باد دی اور خوشخبری سنائی کہ آپ کے بیٹا تولد ہوا اور زچہ بچہ سب خیریت سے ہیں۔ مہاراجہ کا اعتقاد بابا صاحب پر اس قدر ہوا کہ اس نے بابا صاحب سے عرض کی کہ آپ میرے ساتھ چلیے۔ آپ نے اس کی درخواست قبول کی۔

مہاراجہ بابا صاحب کو بڑی دھوم دھام سے ہاتھی پر سوار کر کے محل میں لے آیا۔ جہاں مہاراجہ اور اہل خانہ نے بابا صاحب کے پاؤں چھوئے۔ مہاراجہ نے محل کا ایک حصہ آپ کے لیے مخصوص کر دیا جہاں ہر وقت لوگوں کا جھوم رہتا اور مہاراجہ کی جانب سے دونوں وقت چائے اور کھانے کا اہتمام.... یہاں بابا صاحب نے ایک شاندار دریائے فیض جاری کیا۔

ٹانگپور کے چیف کمنشنر رابرٹس کی بھیجی بہت دنوں سے شدید تھی۔ لندن میں ہر طرح کا علاج کروایا لیکن اس کے سر میں جو شدید قسم کا درد ہوتا تھا اسے کسی بھی طرح آرام نہ آ سکا۔ بابا صاحب کا شہرہ سن کر وہ آپ کی خدمت اقدس میں حاضر ہوا۔ آپ خواتین کا بے حد احترام کرتے تھے۔ رگھوراؤ نے ڈرتے ڈرتے بابا صاحب سے سوال کیا۔

”چیف کمنشنر رابرٹ آئے ہیں۔ اجازت ہو تو بلاؤں.....؟“

”بلا لے رے! بے چارہ پریشان ہے تاج الدین کسی کو کور نہ کیا۔“

راجہ کے ہمراہ سرنیشننگ پانڈے جحرے میں داخل ہو آیا باجی نے بڑے اطمینان سے کہا۔

”کونے کو اتنا خرچہ کیا....؟ بچی کا ناقص تکلیف دیا۔ بچا کو مٹی سلگھاتے رہے، اچھے ہو جاتے۔“

کوئی نہ سمجھ سکا کہ بابا صاحب کیا کہہ رہے ہیں۔ دروازے کی جانب سرنیشن کی میم اور جواں سال بھتیجی کھڑی تھی۔ بابا نے ان کو دیکھا فوراً کھڑے ہو گئے۔ بابا صاحب نے راجہ کی بیگم کو اپنی بیٹی بنا رکھا تھا اور اس کو بہت عزیز رکھتے تھے۔

”آج آج رے اندر آ جاؤ باہر کا بے کو کھڑے ہو....؟“ وہ ان سے مخاطب ہوئے رانی نے ہاتھ جوڑ کر سلام کیا اور ان دونوں نے بھی اس کی تقلید کی پھر رانی اس لوکی کا ہاتھ پکڑے آگے بڑھی جس کے سر پر پٹی بندھی تھی۔

”بابا اس کے سر میں درد رہتا ہے لندن میں کسی بھی علاج سے فائدہ نہیں ہوا۔ سرنیشن نے اسے آپ سے دم کرانے کے لیے وہاں سے بلوایا ہے۔“ وہ ایک ہی سانس میں پوری بات کہہ گئی۔

”یہ تو پگلا ہے جی بچی کو تکلیف دیا۔“ پھر بڑے پیار سے اپنے قریب بٹھایا اور بولے:

”پریشان نہ ہوتے بیٹی مٹی سو گھلے لیتے اچھے ہو جاتے پٹی کھول دیتے....“

شفقت اور مٹھاس بابا صاحب کے لہجے سے پھوٹی پڑتی تھی۔

لڑکی پھر بھی نہ سمجھی وہ اردو سے نا آشنا تھی، وہ حیرت بھری نگاہوں سے بابا کو دیکھ رہی تھی۔

”کون سی مٹی....؟“ رگھوینی نے پوچھا۔

”یہ لائے گا جی۔ سڑک کی مٹی لائے گا۔ بچی کو سو گھلا دیتے جی! اچھے ہو جاتے۔“

سرنیشن رابرٹس بابا کی خدمت میں پہلے بھی

حاضری دے چکے تھے، بات سمجھ گئے۔ فوراً سڑک سے تھوڑی سی مٹی اٹھالائے اور پٹی کو سونگھ لینے کی ہدایت کی۔ مٹی کو سونگھتے ہی پٹی کو تین چار چپکیں اچھیں....
”بس بیٹی بس اب اچھے ہو گئے۔“
بابا صاحب نے پورے اعتداسے کہا۔

رائی نے اس کے سر کی پٹی کھولی اور درد سر بالکل غائب ہو گیا۔ فرط مسرت سے لڑکی کی آنکھوں سے آنسو نکل پڑے اور وہ تمام سر پاپا تشکر اور سپاس بنے ہوئے تھے۔ لڑکی کے اشارے پر سر بنجنھن نے احساس تشکر کے ساتھ ساتھ بابا صاحب کی خدمت میں کثیر رقم پیش کی تو آپ کی پیشانی پر بل پڑ گئے۔ مگر آپ کے الفاظ میں بڑی نرمی تھی۔

”تو میری بیٹی ہے! بیٹی باپ کو نذرانہ نہیں باپ بیٹی کو دیتا ہے۔“

یہ کہا اور گاؤں کے بچے سے ہاتھ ڈالا اور چند سکے لڑکی کے ہاتھ پر رکھ دیے۔ اس نے خوش خوشی تحفہ قبول کر لیا اور پھر وہ شاداں و فرحان رخصت ہو گئے۔

حضرت بابا تاج الدین کی پوری زندگی انسانیت کی خدمت کے لیے وقف تھی۔ ہر وقت حاجت مند آپ کو گھیرے رہتے۔

آپ ہر ایک کے ساتھ شفقت اور ہمدردی سے پیش آتے اور ان کی حاجت روائی فرماتے۔ بلا لحاظ مذہب و ملت ہر قوم کے لوگ آپ کے پاس آتے اور آپ سب پر اپنی توجہ فرماتے۔ ہندوستان کے بڑے مشاہیر کے علاوہ بیرون ملک کے سرکردہ افراد بھی آپ کی خدمت میں حاضر ہو کر مستفیض ہوئے۔

بابا تاج الدین ناگپوری علوم و فیوض کا ایسا سمندر ہیں جس سے ہزاروں لاکھوں افراد اپنے اپنے طرف کے مطابق فیض یاب ہوئے۔

ناراض مسلمان بلکہ ہندو، پارسی، عیسائی، سکھ سب دربار تاج الاولیاء میں حاضر ہوتے اور ظاہری و باطنی ہر قسم کے فیض و نعمت کے موتی چھتے۔ سالکین، متلاشیان حق اور طالبین سب کی دلی مراد بابا صاحب کی ایک نظر میں برآتی۔

بابا تاج الدین کے ہاں مروجہ طرزوں میں بیعت و ارشاد کا طریقہ رائج نہ تھا۔ لوگ حاضر ہوتے اور بابا صاحب جس کے لیے جو ضروری سمجھتے اس کو تلقین کر دیتے۔ کسی کو کم کھانے کا حکم ہوتا تو کسی سے کہا جاتا کہ خوب کھاؤ۔ کسی کو غلوت نشیں کر دیتے اور کسی کو جلوت میں رہنے کے لیے ارشاد فرماتے۔

بابا تاج الدین کے فیض یافتگان میں سلسلہ عظیمیہ کے امام حضور قلندر بابا اولیاء بھی شامل ہیں۔ قلندر بابا رشتے میں بابا تاج الدین ناگپوری کے نواسے ہیں۔ دوران تعلیم علی گڑھ میں قیام کے دوران قلندر بابا کی طبیعت میں درویشی کی طرف میلان پیدا ہو گیا تھا۔ اسی اثنا میں قلندر بابا اولیاء اپنے نانا تاج الدین کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ نانائے انہیں اپنے پاس روک لیا۔ قلندر بابا اولیاء، بابا تاج الدین کے پاس نو سال مقیم رہے۔ بابا تاج الدین نے نو سال تک ان کی روحانی تربیت فرمائی۔ تربیت کے زمانے میں ہونے والے بے شمار واقعات میں سے چند واقعات کا تذکرہ اور اس کی علمی توجیہ قلندر بابا اولیاء نے کتاب ”تذکرہ تاج الدین بابا“ میں پیش کی ہے۔
حضرت بابا تاج الدین ناگپوری نے 17 اگست 1925ء (مطابق 26 محرم الحرام) میں شکر دراکہ کے مقام پر اس فانی دنیا سے پردہ فرمایا اور وہیں پر آپ مدفون ہیں۔ آج بھی آپ کا اسی عقیدت اور محبت کا مرکز ہے۔ آپ کا روحانی تصرف آج بھی جاری ہے۔

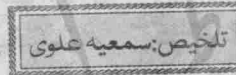


زیر نظر سلسلہ وار مضمون فرانسیسی زبان کی کتاب کے ترجمے سے ماخوذ ہے۔ اس مضمون کے ذریعے قارئین کرام حضرت امام جعفر صادق کی شخصیت کو بطور سائنسدان ملاحظہ کر رہے ہیں۔

ایک لمحہ سے گفتگو:
ایسا شکرانی ایک شخص جو حضرت امام جعفر صادق کے مخالفین میں سے تھا اور خدا کے وجود کا منکر تھا۔ ابوشاکر کے سوالوں کے جواب میں آپ نے ایسے علمی نکات پیش کیے اور ایسے رازوں کی عقدہ کشائی کی جن سے سینکڑوں سال کی تحقیق کے بعد نوع انسانی اب واقف ہو سکی ہے۔
امام صاحب: اے ابوشاکر تم جو ان دیکھے خدا کے منکر ہو، کیا اپنے اندر دیکھنے کا دعویٰ کر سکتے ہو....؟
ابوشاکر: نہیں۔



یہ جاندار مخلوق (خلیات) جسے خدا نے تمہارے جسم کے اندر ڈیوٹی پر متعین کیا ہے، اگر اپنا کام چھوڑ دیں تو تم مر جاؤ گے۔ لیکن چونکہ تم جاہل ہو لہذا ان کے وجود کا انکار کر دیتے ہو۔ تمہارا خیال ہے کہ جو چیز تمہیں اپنے جسمانی ڈھانچے کے اندر موجود اس جاندار مخلوق (خلیے) کا انکار کرنے پر آسانی ہے، وہ تمہاری عقل و فہم نا سمجھی ہے، تمہاری جہالت ہے، جو تمہیں اپنے جسم میں



امام صاحب: جب تم اپنے اندر دیکھنے کا دعویٰ کرنے سے قاصر ہو تو خدا کی موجودگی کو افسانہ بن کر قرار دے سکتے ہو۔ کیا تم اپنے جسم میں متحرک خون کی آواز سن سکتے ہو۔ کیا تم اپنے جسم میں موجود خون کی بوسونگھ سکتے ہو۔ اے ابوشاکر، خون تمہارے مکمل جسم میں چند لمحوں کے دوران اپنی گردش مکمل کر لیتا ہے اور اگر خون کی یہ حرکت جسم میں چند لمحات کے لیے رُک جائے تو تم مر جاؤ گے۔ چونکہ تم اپنے محدود مشاہدات پر تکیہ کیے بیٹھے ہو، اس لیے جو کچھ تمہاری آنکھوں سے اوجھل ہوتا ہے اس کا انکار کر دیتے ہو۔ حالانکہ تمہیں اپنی لاعلمی کا اظہار کرنا چاہیے تھا۔

اگر تم اپنی جہالت کو دور کرنے کے لیے علم کی جستجو کرتے تو تمہیں معلوم ہوتا کہ تمہارے

حضرت
امام جعفر صادق
ایک عظیم سائنسدان

خون کی حرکت اور تمہارے جسمانی ڈھانچے کے اندر موجود جانداروں (خلیات) کے انکار پر سائل کرتی ہے۔

نہایت افسوس کی بات یہ ہے کہ دنیا میں ایسے لوگوں کی تعداد زیادہ ہے جن کی آنکھیں ہیں لیکن مشاہدہ نہیں کرتے اور جن کے کان تو ہیں لیکن ساعت سے محروم ہیں۔ یہ لوگ اپنی جہالت کو علم اور بے عقلی کو عقل خیال کرتے ہیں۔ اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ نے فرمایا ہے کہ:

جس نے اپنے آپ کو پہچان لیا اس نے خدا کو پہچان لیا۔

اے ابو شاکر، اگر تم اپنے آپ کو پہچان لیتے اور جان جانتے کہ تمہاری حقیقت کیا ہے تو تم بھی اللہ تعالیٰ قادر مطلق کا انکار نہیں کرتے۔

اے ابو شاکر، کیا تم اس پتھر کو دیکھ رہے ہو جو اس ایوان کے ستون میں جڑا ہوا ہے۔ تمہارے نزدیک یہ پتھر ساکن ہے۔ چونکہ تمہاری آنکھ اس پتھر میں موجود حرکت کو نہیں دیکھ رہی ہے۔ اگر تمہارے سامنے کوئی بے دعویٰ کرے کہ یہ پتھر اندر سے اس قدر متحرک ہے کہ ہم جو یہاں بیٹھے ہوئے ہیں اس کی اندرونی حرکت کی نسبت ساکن ہیں۔

(جدید سائنسی دور میں جب لیزر شعاع کی مدد سے مائیکرولول کی تصاویر لی گئیں تو ان کی حرکت کا مشاہدہ ہوا) اے ابو شاکر، تم یہ کہتے ہو کہ جو کچھ اس دنیا میں وجود میں آتا ہے وہ خود بخود وجود میں آتا ہے اور اس کا خالق کوئی نہیں۔ تمہارا کہنا ہے کہ گھاس صحرائیں خود بخود سبز ہوتی ہے اور اسے کوئی نہیں اگاتا اور جب گھاس کا بیج زمین پر گرے تو جب تک بارش زمین کو نم نہ کر دے وہ نہیں اگے گی اور بارش خود بخود نہیں برسی بلکہ زمین سے اٹھنے والے بخارات جو بادل کی شکل اختیار کر لیتے ہیں اور

برستے ہیں وہ بھی ہر وقت نہیں بلکہ خاص موسموں میں برستے ہیں۔ صحرائیں گھاس کے خود بخود اگنے کے لیے جہاں خاک، ہوا، بارش اور مختلف موسم کا ہونا ضروری ہے جو ان تمام عوامل کو یکجا کر دے اور وہ قوت خدا تعالیٰ کی قدرت ہے۔

اگر تم علم رکھتے تو تمہیں پتا چلتا کہ حکمت Wisdom کسی بھی شے کے خود بخود وجود میں آنے کو تسلیم نہیں کرتی، ہر چیز کے وجود میں آنے کے لیے خالق کا ہونا ضروری ہے۔ خواہ وہ جمادات ہوں، نباتات ہوں، جانور ہوں یا انسان ہوں۔ اگر تم عالم ہوتے تو تمہیں معلوم ہوتا کہ تمام مکتب فکر کے حکماء و دانشور میں کوئی بھی ایک شخص ایسا نہیں گزرا جو خالق کا معتقد نہ ہو۔ حتیٰ کہ وہ لوگ بھی جو مطلقاً خدا کی نفی کرتے تھے اور کہتے تھے کہ خالق کا وجود نہیں ہے پھر بھی وہ اپنی حکمت میں کسی مبداء کے معتقد تھے اور وہ اپنے اس مبداء کے عقیدے سے بے نیاز نہیں ہو سکتے تھے۔

اے ابو شاکر، خالق کا انکار جہالت ہے نہ کہ دانشمندی اور تمہارا یہ قول کہ سب اپنے خدا کو خود تخلیق کرتے ہیں۔ اس فرق کے ساتھ کہ تو نے اپنے خدا کو اوزار کی مدد سے پتھر سے تراشا ہے اور تمہارے بقول میں اپنے خدا کو اپنے عقل سے وجود میں لاتا ہوں۔ میرا خدا میرے تخیل کی پیداوار نہیں کیونکہ وہ میرے سوچنے سے قبل بھی موجود تھا۔ پہلا تم نے دیکھے ہوں گے۔ یہ پہلا تم سے قبل بھی تھا اور تمہارے بعد بھی رہے گا۔ تمہارا کام یہ ہے کہ تم اس کو اچھی طرح پہچان لو۔ تمہاری دانائی اس قدر بھی نہیں ہے کہ تم پہلا کی پہچان کر سکو اور یہ جان سکو کہ یہ کس چیز سے بنا ہے۔ اس کی گہرائی میں کون کون سی دھاتیں موجود ہیں اور وہ دھاتیں زمین سے نکالی جائیں تو انسان کو کیا کیا فائدے پہنچا سکتی ہیں۔ جب تم اتنا بھی نہیں

جان سکتے تو تم پہلا کے مبداء کی شناخت کیسے کر سکتے ہو....؟ تمہیں معلوم نہیں کہ پہلا میں موجود پتھر کس وقت اور کیسے وجود میں آئے۔ اگر تم دانا ہوتے تو ہرگز یہ نہ کہتے کہ بُت جو تمہارا خدا ہے اسے تم وجود میں لائے ہو اس لیے کہ وہ لکڑی یا پتھر جس سے تم نے بُت بنایا ہے اسے تم وجود میں نہیں لائے وہ ہزاروں سال پہلے بھی موجود تھا اور تمہارے بعد بھی موجود رہے گا اور کیا تجھے معلوم ہے کہ جس پتھر سے تم بُت تراشتے ہو وہ بہت دور دراز کی دنیا سے آیا ہے۔ کیونکہ زمین کے مختلف حصے مسلسل حرکت کر رہے ہیں لیکن چونکہ ان کی حرکت بہت سست ہے اس لیے ہم اسے دیکھ نہیں سکتے۔

(یہ ایک علمی حقیقت ہے کہ زمین کے براعظم مسلسل حرکت کر رہے ہیں۔ سائنسی تحقیق نے یہ دریافت کیا ہے کہ براعظم امریکہ اور افریقہ کی حرکت کی رفتار بیس سینٹی میٹر فی سیکنڈ ہے۔ یہ علمی حقیقت جیالوجی کی تمام کتابوں میں موجود ہے۔)

اگر تم شعور رکھتے تو تمہیں معلوم ہوتا کہ اس دنیا میں کوئی بھی ایسی چیز نہیں جو متحرک نہ ہو یعنی دنیا میں جمود بے معنی ہے کیونکہ ہم کسی حال میں بھی ساکن نہیں حتیٰ کہ نیند کی حالت میں بھی ہم زمین کی حرکت کے ساتھ حرکت کرتے ہیں اور یہ حرکت ہمارے اندر موجود حرکات کے علاوہ ہوتی ہے۔

اے ابو شاکر! اگر تم اس پتھر کے ٹکڑے کو جس سے تم بُت تراشتے ہو پہچان لو تو تم اتنی آسانی سے خدا کے وجود کا انکار نہیں کر سکتے اور ہرگز یہ نہ کہتے کہ میرا خدا میرے تخیل کی پیداوار ہے۔ تم چونکہ پتھر کو نہیں پہچانتے لہذا خیال کرتے ہو کہ پتھر تمہارے ہاتھوں کا مطیع ہے اور تم اسے جس شکل میں چاہو تراش سکتے ہو، ایسا اس

لیے ہے کہ اللہ تبارک و تعالیٰ پتھر کو ایک مانع سے وجود میں لایا تاکہ تم اسے تراش سکو۔

ابو شاکر: کیا پتھر کو مانع سے بنایا گیا ہے....؟ حضرت امام جعفر صادق: ہاں۔

ابو شاکر: (تقبہ لگاتے ہوئے) تمہارے بقول اتنا سخت پتھر پانی سے بنایا گیا ہے....؟

حضرت امام جعفر صادق: میں نے یہ نہیں کہا کہ پانی سے بنایا گیا ہے بلکہ میں نے یہ کہا ہے کہ یہ اپنی ابتداء میں مانع حالت میں تھا۔

ابو شاکر: مانع اور پانی ایک ہی تو ہیں۔

حضرت امام صاحب: بعض چیزیں ایسی ہیں جو مانع ہیں لیکن پانی نہیں یا خاص پانی نہیں ہیں۔ دودھ مانع ہے لیکن پانی نہیں ہے اور سرکہ مانع ہے لیکن کوئی اسے پانی نہیں سمجھتا لیکن ان دونوں میں پانی کی مقدار موجود ہے۔ پتھر بھی شروع میں مانع تھا لیکن پانی نہیں بلکہ رطوبت کی شکل میں تھا اور سیال تھا اس سے کافی مقدار میں حرارت نکل رہی تھی اور خدا کی قدرت کے نتیجے میں اس مانع سے آہستہ آہستہ کافی تعداد میں حرارت خارج ہونے لگی اور یہ اس قدر ٹھنڈا پڑ گیا کہ اس کی شکل جامد بن گئی اور تم آج اس سے بُت تراش سکتے ہو۔ لیکن یہی پتھر جو جامد حالت میں ہے اگر اسے بہت زیادہ حرارت پہنچائی جائے تو مانع صورت اختیار کر لے گا۔

ابو شاکر: میں جب گھر جاؤں گا تو پتھر کو آگ میں ڈال کر دیکھوں گا کہ آپ کا فرمان صحیح ہے اور پتھر مانع شکل اختیار کر لیتا ہے یا نہیں....؟

حضرت امام صاحب: تمہاری انگلی کی حرارت پتھر کو نہیں پگھلا سکتی۔ کیا تم اپنی انگلی کی حرارت سے لوہے کے ایک ٹکڑے کو پگھلا سکتے ہو....؟ ابو شاکر: نہیں۔

آپے راقبہ کرتے ہیں!

باہم سفر (Travel) کرتی ہے۔

اس وضاحت کے بعد آپ اس منظر کو دوبارہ ذہن میں لائیے کہ آپ کو کسی کا خیال آیا اور تھوڑی دیر بعد اس سے بات یا ملاقات ہو گئی۔ ایسا کیونکر ہوا....؟
دراصل جس وقت اس شخص نے آپ کے بارے میں سوچا اس کی اس سوچ نے لہروں کی شکل میں اس کے ذہن سے ٹریول شروع کیا اور آپ نے اس ٹرانسمیشن کو وصول کر لیا۔

اسے ہم انتقال خیال (Telepathy) کا عمل بھی کہہ سکتے ہیں۔ یہ صلاحیت یا طبعی طور پر بھی متحرک رہتی ہے اور اس کے بعض ظاہری ذرائع بھی ہیں۔ سچے خواب، چھٹی حس، خیال آنا وغیرہ یا طبعی ذرائع ہیں۔ چہرہ شناسی (Face Reading) بدن (Body)

Language ظاہری ذرائع میں شامل ہیں۔ خیالت کی وصولیابی اور ترسیل یا انتقال، خیال کی یہ صلاحیت کم و بیش ہر انسان میں پائی جاتی ہے۔ اس صلاحیت کے تحت نہ صرف یہ کہ دوسرے انسانوں کے خیالات وصول کئے جاسکتے ہیں بلکہ اس صلاحیت کے ذریعے اللہ کی دوسری مخلوقات مثلاً

کیا آپ کے ساتھ کبھی ایسا ہوا ہے کہ آپ کو اپنے کسی رشتہ دار، دوست یا جاننے والا کا خیال آیا اور کچھ دیر بعد ان صاحب یا صاحبہ کا فون آگیا یا وہ خود آپ کے پاس آگئے یا غیر متوقع طور پر کسی جگہ ان سے ملاقات ہو گئی۔ اگر ایسا ہو تو ہمارے منہ سے بے ساختہ یہ جملہ ادا ہوتا ہے کہ

آج ہی تو مجھے آپ کا خیال آرہا تھا یا یہ کہ ابھی چند منٹ پہلے ہی تو مجھے آپ کا خیال آیا تھا۔

ایسا کیوں ہوتا ہے....؟

روحانی اساتذہ بتاتے ہیں کہ اس دنیا کا نظام لہروں پر قائم ہے۔ جذبات و احساسات جیسے لطیف وجود لہروں پر قائم ہیں اور لوہا، کاربن جیسے ٹھوس عناصر میں بھی لہروں کا عمل دخل ہے۔

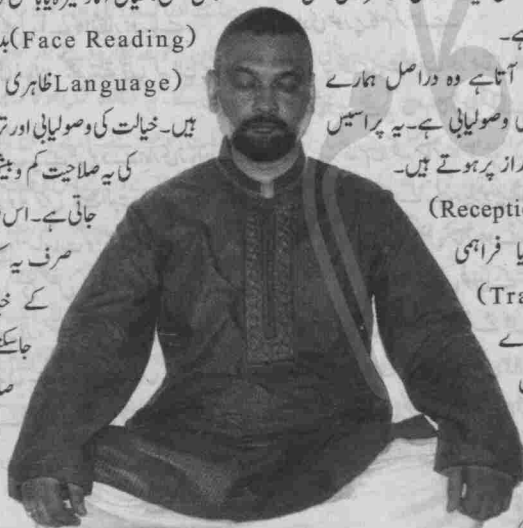
ہمیں جو خیال آتا ہے وہ دراصل ہمارے ذہن میں کسی لہر کی وصولیابی ہے۔ یہ پراسس (Process) دو انداز پر ہوتے ہیں۔

ایک وصولیابی (Reception)

دوسرے اخراج یا فراہمی

(Transmission)

جب ہم کسی کے بارے میں کچھ سوچتے ہیں تو ہماری وہ سوچ بھی لہروں کی شکل میں



امید رکھتے ہو....؟
ابوشاکر: میں صحیح طرح سے نہیں بتا سکتا کہ میری یہ امیدیں کس سے وابستہ ہیں لیکن میں محسوس کرتا ہوں کہ پتھر کے اندر کوئی ایسی چیز ہے جو یہ سب کام کر سکتی ہے۔
حضرت امام صاحب: کیا پتھر کے اندر پتھر کی جنس سے کوئی چیز ہے....؟

ابوشاکر: اگر پتھر کی جنس سے کوئی چیز ہو تو وہ یہ سب کام نہیں کر سکتی۔

حضرت امام جعفر صادق: اے ابوشاکر، تیرے عقیدے کے مطابق جو کچھ پتھر کے اندر ہے پتھر کی جنس سے نہیں اور تمام کام انجام دے سکتا ہے۔ دراصل وہی تو ان دیکھا اور واحد خدا ہے۔

ابوشاکر: (کچھ دیر توقف کے بعد) کیا دکھائی نہ دینے والا خدا پتھر کے اندر موجود ہے....؟

حضرت امام صاحب: ہر چیز کے اندر اور ہر جگہ موجود ہے۔ مثلاً جس طرح ہوا ہر جگہ موجود ہے لیکن چونکہ ہوا مخلوق ہے لہذا مخلوق اور خالق کے درمیان ماہیت کے لحاظ سے کوئی شبہات نہیں پائی جاتی۔

اے ابوشاکر، وہ شعور جو تجھے ایک پتھر سے بُت تراشنے اور اس کی پرستش کے لیے کہتا ہے وہی شعور تیرے اپنے بقول کہتا ہے کہ اس بُت سے تجھے کوئی امید وابستہ نہیں رکھنی چاہیے کیونکہ یہ کسی کام کے کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتا بلکہ اس کے اندر ایسی چیز ہے جو تمہاری حاجات برلا سکتی ہے۔

یہ شعور جو تجھے بُت بنانے پر لگاتا ہے گویا اپنی زبان سے تجھے کہتا ہے کہ تو خداوند تعالیٰ کی پرستش کے بغیر زندگی نہیں بسر کر سکتا۔“

(حباری ہے)

حضرت امام جعفر صادق: پتھر کو پگھلانے کے لیے ایک بجٹی درکار ہے اور اس بجٹی میں کافی مقدار میں ایندھن ایک لمبی مدت تک جلایا جائے تاکہ بجٹی خوب گرم ہو جائے تو اس وقت پتھر مائع حالت میں تبدیل ہو جائے گا۔

دراصل میں تم سے یہ کہنا چاہتا تھا کہ تم جب ایک بُت کو تراشتے ہو تو خیال کرتے ہو کہ تم نے اسے تراشا ہے حالانکہ وہ خداوند تعالیٰ کا پیدا کیا ہوا ہے۔ یہ اس کی ہی ذات ہے جس نے پتھر کو مائع حالت سے جامد حالت میں تبدیل کیا ہے۔ تمہاری تراش سے وہ ریزہ ریزہ نہیں ہوتا اگر یہ کالج کی مانند ہوتا تو تم ہرگز اسے تراش کر بُت نہیں بنا سکتے۔ یہ اللہ تعالیٰ ہی ہے جس نے تمہیں پیدا کیا اور تمہیں ہاتھ دیے اور تمہاری انگلیاں اس طرح بنائیں۔ اوزاروں کو اپنے ہاتھ میں پکڑ سکتے ہو اور پھر تمہیں شعور عطا کیا تاکہ تم پتھر سے انسانوں یا جانوروں یا دوسری چیزوں کے مجسمے تراش سکو۔

اے ابوشاکر! میں تم سے ایک سوال کرتا ہوں اور تمہارے جواب کا منتظر ہوں۔ تم جب ایک بُت تراشتے ہو اور اسے اپنا خدا سمجھتے ہو تو کیا تمہارا عقیدہ یہ ہوتا ہے کہ پتھر کا وہ بے جان ٹکڑا تمہاری حاجات برلانے کے لیے توانا ہو جائے گا....؟ اور کیا تمہارا خیال یہ ہے کہ جب تم بیمار پڑتے ہو تو پتھر کا وہ ٹکڑا تمہارا علاج کر سکتا ہے....؟ اور اگر متعدی بیماری کی صورت میں کوئی وہا پھوٹ پڑے گی تو یہ تمہیں اس سے نجات دلائے گا....؟ اور اگر بارش نہ ہو تو پتھر کا وہ ٹکڑا خشکی کو دور کرنے کے لیے بارش برسائے گا....؟ اور اگر تم کسی کے قرض دار ہو جاؤ تو یہ تمہارا قرض اتار دے گا....؟

ابوشاکر: میں پتھر سے اس قسم کی امید نہیں رکھتا۔
حضرت امام صاحب: تو پھر کس سے اس طرح کی



حیوانات و نباتات وغیرہ سے بھی دوستی کی جاسکتی ہے۔ گھر میں پالے جانے والے جانور (Pets) مثلاً بلی، کبوتر اور بعض دوسرے جانوروں کے انسانوں سے مانوس ہو جانے کے واقعات عام مشاہدہ کئے جاسکتے ہیں۔ انسانوں اور جانوروں کے درمیان اس دوستی کا سبب بھی لہروں کے ذریعے جذبات و احساسات کا تبادلہ ہے۔ پودوں اور درختوں سے بھی دوستی کی جاسکتی ہے۔ پودے اور درخت انسانوں کے جذبات کو سمجھ لیتے ہیں۔ پودے اور درخت اپنے بارے میں انسانوں کے جذبات سے خوش ہوتے ہیں یا سہم جاتے ہیں۔

پودوں پر انسانی جذبات کے اثرات کا مشاہدہ آپ اپنے گھر میں یا آسانی کر سکتے ہیں۔ اپنے گھر میں پھولدار پودا لگائیے۔ اس کی نشوونما کے لیے مٹی، پانی، کھاد یعنی اس کی غذائی ضروریات کا خیال رکھنے کے ساتھ ساتھ اس کے ساتھ محبت و شفقت کا برتاؤ بھی کیجئے۔ اس سے باتیں کیجئے۔ محبت و شفقت کے ساتھ پودے سے کہیے کہ اپنے گھر میں اس کی موجودگی سے آپ بہت خوش ہیں۔ اسے بتائیے کہ اس کی وجہ سے گھر کی رونق میں اضافہ ہوتا ہے اور اس پر خوبصورت پھول آنے کا انتظار ہو رہا ہے۔

کیا پودے ہماری زبان سمجھ سکتے ہیں کہ ان پر ان باتوں کا اثر ہو....؟

اس سوال کا جواب یہ ہے کہ پودے ہماری زبان سے ادا ہونے والے الفاظ کو تو نہیں سمجھتے البتہ وہ ان الفاظ میں پنہاں ہمارے جذبات و احساسات کو سمجھ لیتے ہیں۔

نرم مزاج حلیم الطبع شخص کی موجودگی سے پودے خوش ہوتے ہیں۔ غصہ ور، سخت مزاج شخص کی موجودگی پودوں پر گراں گزرتی ہے۔ انسانوں میں پائے جانے والے مختلف مزاج کے متنوع اثرات پودے پر لہروں کی وجہ سے ہی مرتب ہوتے ہیں۔

لہروں کے اس نظام کو سمجھا جاسکتا ہے۔ ان لہروں کی ترسیل اور وصولیابی کی صلاحیت ہر انسان میں پائی جاتی ہے۔ یہ صلاحیت انسان میں دو طرح سے کام کرتی ہے۔

1- غیر ارادی

2- ارادی

کیا آپ کے ساتھ کبھی ایسا ہوا ہے کہ آپ کسی جگہ مثلاً کسی ڈاکٹر کے کلینک میں وینٹک روم میں یا کسی اور جگہ بیٹھے ہوں۔ وہاں کئی لوگ موجود ہوں۔ ان میں سے کسی ایک شخص کی موجودگی کی وجہ سے آپ کو وہاں کا پورا ماحول بھاری محسوس ہو رہا ہو۔ اس شخص سے آپ کی کوئی جان پہچان نہیں، کوئی تعارف نہیں، لیکن پھر بھی اس کی موجودگی آپ کو الجھن اور اضطراب میں مبتلا کر رہی ہو۔ اس کے برعکس کبھی ایسا ہوا ہو کہ کسی جگہ کسی شخص کی موجودگی اسی پورے ماحول میں نرمی اور لطافت کا سبب بن رہی ہو۔ آپ کو اس کی موجودگی سے ایک خوشگوار احساس ہو رہا ہو۔ کئی افراد نے مجھے بتایا کہ انہیں ایسے تجربات ہوئے ہیں۔ اس قسم کے تجربات کا تعلق لہروں کی ترسیل اور وصولیابی کے نظام سے ہے جو خود کار یعنی غیر ارادی طور پر کام کرتا ہے۔

یہ نظام بہت لطیف اور حساس ہوتا ہے۔ بہت معمولی سی کثافت سے یہ نظام متاثر ہو سکتا ہے۔

یہ نظام کیونکہ متاثر ہوتا ہے....؟

اسے سمجھنے کے لیے ریڈیو پر شارٹ ویو کے سگنل یا پھر سیلولر فون کے سگنل متاثر ہونے کو پیش نظر رکھیے۔

سیلولر فون یا موبائل فون کے سگنل کشادہ جگہوں پر یا کھلی فضاء میں بہت اچھے آتے ہیں تاہم کسی تہہ خانے (Basement) میں یا کسی ایسی عمارت میں جہاں لوہا بہت زیادہ ہو وہاں موبائل کے سگنل متاثر ہوتے ہیں۔ دراصل لوہے سے خارج ہونے والی لہریں موبائل فون کے سگنل

کے لیے کثیف رکاوٹ کا کام کرتی ہیں۔

انسانی ذہن مختلف لہروں کی وصولیابی کے حوالے سے بہت حساس ہے۔ اس غیر ارادی نظام میں ذرا سی رکاوٹ بھی کافی زیادہ خلل ڈالتی ہے۔

خیالات کی ترسیل اور وصولیابی کے نظام کی دوسری قسم یعنی ارادی قسم کے مظاہرے اور مشاہدے عام ہیں۔ اس نظام میں کسی کے لیے کشش یا کسی کے لیے گریز کے جذبات فطری تقاضوں، ذاتی ذوق، تعلقات کی نوعیت اور مفادات پر مبنی ہوتے ہیں۔

صنف مختلف میں سے کسی کا اچھا لگنا، اپنی ذات میں دلچسپی رکھنے والوں کے بارے میں اچھے خیالات، کسی ایسی شخصیت کے بارے میں خیالات جس سے آپ بہت متاثر ہوں، آفیسر یا کاروباری منفعت سے وابستہ افراد کے خیالات وغیرہ اس کی مثالیں ہیں۔

مراقبہ کیسے؟

مراقبہ کی تعریف انتہائی مختصر الفاظ میں کچھ اس طرح بیان کی جاسکتی ہے کہ ”مراقبہ ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کی ایک مشق کی نام ہے۔“

مراقبہ کے ذریعہ ذہنی انتشار سے نجات ملتی ہے۔ ذہن کو سکون ملتا ہے اور ذہنی یکسوئی حاصل ہوتی ہے۔

انسانی وجود جسم اور روح پر مشتمل ہے۔ انسان اپنی زندگی کے معاملات پانچ ظاہری حواس کی مدد سے طے کرتا ہے۔ ان حواس خمسہ کو ہم بیداری کے حواس کہہ سکتے ہیں۔ یہ حقیقت ذہن نشین رہے کہ انسانی وجود صرف ان پانچ ظاہری حواس کا حامل نہیں ہے۔ بلکہ انسانی وجود روحانی یا باطنی حواس کا حامل بھی ہے۔ اس حقیقت کے پیش نظر مراقبہ کی وسیع تر تعریف یہ ہوگی کہ مراقبہ ذہنی یکسوئی اور ذہنی سکون حاصل کرنے اور روحانی حواس

کو بیدار و متحرک کرنے کی مشق کا نام ہے۔ مراقبہ بیداری اور نیند کے درمیان کی ایک حالت ہے۔ انسان بنیادی طور پر دو نمایاں حواس میں زندگی بسر کرتا ہے۔

1- بیداری کے حواس

2- نیند کے حواس

جب ہم جاگ رہے ہوتے ہیں تو ہم پر بیداری کے حواس غالب ہوتے ہیں، ان حواس کو شعوری حواس بھی کہا جاتا ہے۔ جب ہم نیند میں ہوتے ہیں تو بیداری کے حواس بڑی حد تک غیر متحرک ہو جاتے ہیں اور لاشعوری حواس غالب ہو جاتے ہیں۔

مراقبہ دراصل بیداری کے حواس میں رہتے ہوئے نیند کے حواس یا لاشعوری حواس میں داخل ہو جانے کا نام ہے۔ ان لاشعوری یا باطنی حواس کے ذریعے ہی انسان کا رابطہ کائناتی حواس سے یا لامحدود کائناتی نشریات سے قائم ہوتا ہے۔

مراقبہ کرنے والے (مراقبہ خواہ) کچھ عرصے کی مشق کے بعد ان نشریات کو یا ان اشارات کو سمجھنے کے قابل ہو سکتے ہیں۔ مراقبہ کا یہ نتیجہ پانچ دراصل وجدان کے درجے کو اڑھ کھولنا ہے یہ کو اڑھ ہلکے سے بھی کھل جائیں تو سامنے ادراک و آگہی اور فہم و دانش کے وسیع و عریض گلستان دعوت نظارہ دیتے اور شوق سفر کو ابھارتے نظر آئیں گے۔ یہ کہنا غلط نہیں ہوگا کہ ہر انسان کے اندر ایک کائنات موجود ہے۔ اپنے باطن میں سفر (Journey Within) کے ذریعے اس کائنات کے مختلف حصوں کی سیاحت کی جاسکتی ہے اور قدرت کے رازوں کو سمجھ کر زندگی کو با مقصد، پر مسرت اور مطمئن بنایا جاسکتا ہے۔ باطن میں سفر کے لیے مراقبہ ایک ذریعہ (Mean of Transport) ہے۔ تاہم یہ خیال رہے کہ یہ سفر کسی گائیڈ یا ٹیچر کی زیر نگرانی ہونا چاہیے۔



بقیہ: باب العلم۔ حضرت علیؑ

اپنے پروں سے انہیں ڈھانپ لیتے ہیں اور ان پر نزول سکینہ ہوتا ہے۔ ان پر اللہ کی رحمت سایہ کر لیتی ہے اور اللہ انہیں یاد کر تا ہے۔

قانون:

ہر بندے کے اندر دو حواس کام کرتے ہیں:

1۔ وہ حواس جو ظاہری دنیا سے قریب کرتے ہیں اور پھر آدمی کو دنیا میں قید کر دیتے ہیں۔

2۔ وہ حواس جو بندے کو لاشعور، غیب بینی، ماورائی اور روحانی دنیا سے قریب کر دیتے ہیں۔

اس قانون کو آسان الفاظ میں سمجھیے:

جب آدمی کا اٹھاک اور تمام تر دلچسپیاں دنیا میں ہوتی ہیں تو چونکہ مادی عناصر سرانہم نفس سے جڑے ہیں تو اس کا نتیجہ بھی نفس اور مزاج ہوتا ہے۔

1۔ انسان جب کھانا کھاتا ہے وہ کتنا ہی خوشبودار ہو فضلہ بدبودار ہوتا ہے۔

2۔ آدمی کا جسم جس مادے بنتا ہے (SPERM) وہ بھی بدبودار ہوتا ہے۔ جب آدمی مر جاتا ہے تو اس کا جسم بھی نفس اور مزاج میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

3۔ اس کے برعکس روح کا جسم روشنی اور نور سے بنا ہوا ہے اور اتنا لطیف ہے کہ عالم بالا کی سیر کرتا ہے اور فرشتوں کو دیکھتا ہے۔

4۔ انسان کی اصل ”روح“ ہے۔ اور روح اللہ کا امر ہے۔ اور اللہ کا امر یہ ہے کہ جب وہ کسی شے کا ارادہ کرتا ہے تو کہتا ہے ”ہو جا“ اور وہ شے مظہر بن جاتی ہے۔

اس کی روحانی توجہ یہ ہوتی ہے کہ کوئی بندہ اللہ کی معرفت (Care of Allah) سوچتا ہے تو اس کا قلبی اور روحانی تعلق اللہ تعالیٰ سے قائم ہو جاتا ہے۔ انسان بظاہر ”مجبور“

ہے لیکن اسے اختیار بھی عطا کیا ہے گیا ہے۔ کسی صاحب نے امیر المومنین حضرت علیؑ سے ”تقدیر“ کے بارے میں سوال کیا۔ امیر المومنین حضرت علیؑ نے فرمایا: ”ہائیک اٹھاؤ“ اس نے اٹھائی، ارشاد فرمایا: ”اب دوسری بھی اٹھاؤ“ اس نے جواب دیا کہ یہ نہیں ہو سکتا۔



بقیہ: کائنات کا اخلاص

مجموعی طور پر اس قدر دونوں ہے کہ اگر وہ اپنے منافع کا محض 10 فیصد ہی نکال دیں تو اس سرمائے سے ناصرف یہ کہ غربت سے متاثر افراد کو فوری طور پر بحال کرنا ممکن ہو سکے گا بلکہ دنیا بھر کے بے روزگاروں کے لیے مناسب روزگار کا بندوبست بھی کیا جاسکے گا۔۔۔۔۔ لیکن ظاہر ہے کہ ہوس پرستوں کے نزدیک یہ غیر پیداواری شعبے میں اپنی رقم ضائع کرنا ان کے نزدیک حماقت ہے۔۔۔۔۔!

جدید تہذیب میں قوت اور تصرف کی شدید جبلتی خواہش کو خوب ہوا دی گئی ہے۔ حالانکہ سب جانتے ہیں کہ یہ خواہش اگر بے لگام ہو جائے تو انسانوں کے مابین ناصرف نزاع کا باعث بن جاتی ہے بلکہ فطری ماحول اور انسانی زندگی کی بے رحمانہ تباہی کا موجب بھی بنتی ہے۔

کائناتی اراکین مثلاً ہوا، پانی، زمین، سورج، چاند وغیرہ وغیرہ۔۔۔۔۔ تمام مخلوقات کی بے لوث خدمت میں مصروف ہیں! اگر کوئی انسان یا انسانی گروہ وسائل پر قبضہ کر کے دیگر انسانوں کو ان وسائل سے محروم کر دے تو یہ ناصرف مخلوق کی حق تلفی ہے بلکہ کائناتی قوانین سے سراسر انحراف بھی۔۔۔۔۔ چنانچہ ایسے انسانوں، گروہوں یا قوموں کو کائنات رد کر دیتی ہے اور بالآخر ایسی قوم صفحہ ہستی سے مٹ جاتی ہے۔



سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات کا منبع:

سلسلہ عظیمیہ کی جانب سے اپنے وابستگان کی تربیت کے لیے نصاب قرآن پاک کی آیات، حضرت محمد ﷺ کی سیرت مبارکہ اور حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے روحانی علوم کے وراثت اولیاء اللہ کی تعلیمات سے رہنمائی لیتے ہوئے ترتیب دیا گیا ہے۔ سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات کا منبع اور مخزن قرآن کریم کی تعلیمات اور احادیث شریف ہیں۔

حصول علم:

قرآنی آیات اور حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے ارشادات کے مطابق علم حاصل کرنا ضروری ہے۔ قرآن ضروری آیات اور حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کے ارشادات کے مطابق علم حاصل کرنا ضروری ہے۔

نے کئی مقامات پر اللہ کی نشانیوں پر غور فکر کرنے کی تاکید کی ہے۔ قرآن کے ان ارشادات پر عمل کرنے کا طریقہ دراصل حصول علم اور سیرج میں مصروف ہونا ہے۔ حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ارشاد ہے:

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ
علم حاصل کرنا ہر مسلمان پر فرض ہے۔ (عن حضرت انس رضی اللہ عنہ..... ابن ماجہ)

قرآنی آیات اور ارشادات نبوی ﷺ کی تعمیل میں سلسلہ عظیمیہ اپنے تمام وابستگان کے لیے علم کا حصول ضروری قرار دیتا ہے۔

حضور ﷺ نے فرمایا ہے:

سلسلہ عظیمیہ کے اراکین کو روحانی علوم کی مبادیات سے آگہی فراہم کرنے کے لیے، قرآن پاک کی آیات میں غور فکر کی ترغیب دینے اور معلم و موزیٰ اعظم حضرت محمد ﷺ کے ارشادات کی روشنی میں اپنی شخصیت کی تعمیر کی طرف توجہ کرنے کے لیے مرکزی مراقبہ ہال کراچی میں قائد رشور اکیڈمی کے زیر اہتمام ستمبر 2010ء سے ہر ماہ ایک خصوصی شست منعقد ہو رہی ہے۔ اس نشست میں ڈاکٹر و قاریوں عظمیٰ آن لائن لیکچر دیتے ہیں۔

اس آن لائن لیکچر میں پاکستان کے ستر سے زائد شہروں سے سینکڑوں خواتین و حضرات شریک ہوتے ہیں۔ پاکستان کے علاوہ مشرق وسطیٰ، برطانیہ، ڈنمارک، امریکہ، کینیڈا میں یہ لیکچر آن لائن ہوتا ہے۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے مئی 2012ء میں یہ ہدایت فرمائی ہے کہ اس آن لائن لیکچر کی تحفہ روحانی ڈاکٹسٹ کے علم دوست قارئین کے لیے بھی ہر ماہ پیش کی جائے۔ اس لیکچر پر قارئین کے تاثرات بھی ان صفحات میں شائع کیے جاسکتے ہیں۔



تیسرا حصہ

ہر مسلمان پر حصول علم فرض ہے۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ ہر مسلمان مرد اور ہر مسلمان عورت پر حصول علم فرض ہے چنانچہ سلسلہ عظیمیہ اپنے تمام وابستگان کو تاکید کرتا ہے کہ مردوں کے ساتھ ساتھ عورتوں کی تعلیم پر بھی پوری توجہ دی جائے۔ والدین اپنی بیٹیوں کو جہاں تک ہو سکے بہتر سے بہتر تعلیم دلوانے کا اہتمام کریں۔ بیٹوں اور بیٹیوں کو حصول علم کے یکساں مواقع فراہم کیے جائیں۔

ہمارے معاشرے میں بعض لوگوں کی یہ سوچ درست نہیں کہ بیٹی دوسرے گھر چلی جائے گی اس کی تعلیم پر دولت کیوں خرچ کی جائے۔ بیٹے اور بیٹی کی اچھی پرورش اور اچھی تربیت و تعلیم کا اہتمام کرنا والدین پر فرض ہے۔ بیٹی کی اچھی پرورش، تربیت اور تعلیم کے لیے والدین کی کوششیں ہر لحاظ سے لائق تحسین ہیں۔ دنیا میں بھی اس کا اجر ہے اور آخرت میں بھی اس کا اجر ہے۔

علم حصولی اور علم حضوری:

علم کی دو طرز ہیں۔

1- علم حصولی اور

2- علم حضوری

علم حصولی پڑھایا جاتا ہے اور علم حضوری سکھایا جاتا ہے۔ علم حصولی شے کی مادی ساخت اور مادی خواص سے بحث کرتا ہے جبکہ علم حضوری میں شے کی حقیقت سے آگہی عطا کی جاتی ہے۔

علم حصولی کا تعلق زیادہ تر ظاہری علوم سے ہے۔ علم حضوری کا تعلق انسان کے اپنے باطن سے اور کائنات کے باطنی اسرار و رموز سے ہے۔

علم حصولی کے ذریعہ انسان کی شعوری سکت اور ابلیت میں اضافہ ہوتا ہے۔ علم حضوری کے ذریعہ انسان کی لاشعوری سکت، ابلیت اور استعداد میں اضافہ کا

اہتمام کیا جاتا ہے۔

علم حصولی کا تعلق علم سے ہے، اس کا حاصل علم کہلاتا ہے۔ علم حضوری کا تعلق عرفان و معرفت سے ہے اس کا حاصل عارف کہلاتا ہے۔

علم حصولی ہو یا علم حضوری، استاد کی ضرورت ہر جگہ ہے۔ علم حصولی کو بھی استاد پڑھاتا ہے۔ علم حضوری ہر کوئی اجازت یافتہ استاد سکھاتا اور مشاہدہ کرواتا ہے۔ مرشد اپنے مرید کو معرفت کی راہوں میں قدم بہ قدم انگلی پکڑ کر چلاتا ہے۔ علم حصولی میں استاد وشاگرد کا تعلق عارض ہوتا ہے۔ علم حضوری میں مرشد و مرید کا تعلق مستقیم ہوتا ہے تاہم کوئی مرید اس تعلق کو اپنی بے ادبی، ظرفی، لالچ، جاہ طلبی وغیرہ جیسی منفی صفات کے باعث خود ہی نقصان پہنچانے لگے تو یہ اس مرید کی بد بختی کے علاوہ کچھ نہیں۔

مادی علم.....روحانی علم:

علم کی کئی قسمیں ہیں۔ علم مادی بھی ہے، علم روحانی بھی ہے۔ مادی علم وہ ہے جس میں مادے اور اس خواص کے بارے میں علم حاصل ہوتا ہے، انسان ظاہری زندگی کے بارے میں علم حاصل ہوتا ہے۔ طبعی علوم مثلاً فزکس، کیمسٹری، میتھس، میڈیسن، سائنس، کمپیوٹر سائنس، معاشرتی علوم، معاشیات، عمرانیات، ادب وغیرہ یہ سب مادی علوم ہیں۔

علم کی وہ قسم جس میں مادے سے بہت کر د اور باطنی تحریکات کو سمجھا جائے، انوار و تجلیات سمجھا جائے، انسان کی لاشعوری کیفیات کو سمجھا جائے کا تعلق روحانی علوم سے ہے۔ مادی علوم کو فزکس (Physics) کے علوم اور روحانی علوم کو مینا فزکس (Meta Physics) کے علوم بھی کہا جاسکتا ہے۔ نوع انسانی کی تاریخ میں بڑے بڑے دانش

اور مفکروں نے علوم کو سمجھنے اور نہیں عام کرنے میں خدمات سر انجام دی ہیں تاہم ان دانشوروں اور مفکرین نے زیادہ تر علم کے مادی پہلو یا طبعی پہلو کو ہی پیش نظر رکھا ہے اور اس طرح انسانی فکر کی محدود رہنمائی ہو سکی ہے اور یہ محدود رہنمائی عدم توازن کا سبب بنتی رہی۔ بعض ہستیوں نے باطنی کیفیات اور روح کو سمجھنا چاہا تو انہوں نے انسان کی مادی ضروریات کو بہت حد تک نظر انداز کر دیا چنانچہ یہاں بھی انسان کو محدود اور غیر متوازن رہنمائی مل سکی۔ صرف مادیت پر مبنی سوچ یا پھر دنیا داری سے مکمل کنارہ کشی دونوں طرز میں محدود طرز فکر ہے۔ محدود طرز فکر کے نتائج بہر حال محدود فہم کا پیش خیمہ ہیں۔

دین فطرت:

اسلام دین فطرت ہے۔ دین فطرت انسانی وجود کے تمام اجزاء کو ظاہری و باطنی، مادی و روحانی تمام تقاضوں کو سب سے بہتر سمجھتا ہے۔ اس کائنات میں جاری وساری نظاموں کو سمجھنے کے لیے، خود انسانی وجود کو سمجھنے کے لیے اعتدال و توازن کے ساتھ مادی و روحانی دونوں طرح کے علوم کو سمجھنے اور ان سے استفادہ کی ضرورت ہے۔

اللہ کے آخری نبی انسان کامل، معلم اعظم، حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تعلیمات کی ایک انفرادی شان یہ بھی ہے کہ آپ ﷺ نے علوم کے ظاہری و باطنی، مادی و روحانی تمام شعبوں پر توجہ مرکوز فرمائی ہے اور اعتدال و توازن کے ساتھ تحصیل علم کی طرف رہنمائی فرمائی ہے۔

حضرت محمد ﷺ نے فرمایا ہے کہ علم حاصل کرنا ہر مسلمان مرد و عورت پر فرض ہے۔ اس فرمان کی تعمیل میں ہر قسم کے علوم آگئے ہیں۔ ان میں مادی علوم بھی شامل ہیں اور روحانی علوم بھی، مذہبی علوم بھی شامل ہیں اور معاشرتی علوم بھی۔

اپنے نہایت مہربان آقا، معلم اعظم حضرت محمد

ﷺ کے ارشاد کی تعمیل میں سلسلہ عظیمیہ کے بزرگ، تمام اراکین سلسلہ کو یہ تاکید کرتے ہیں کہ آپ نے ماڈرن ایجوکیشن بھی حاصل کرنی ہے۔ ماڈرن ایجوکیشن یا مادی تعلیم کے ذریعہ شعوری استعداد میں اضافہ کرنا ہے اور روحانی علوم کو بھی سمجھنا ہے۔ روحانی علوم کے ذریعہ لاشعوری استعداد میں اضافہ کرنا ہے۔

علم نافع:

حضرت محمد ﷺ کے ارشاد کے مطابق علم نافع ہونا چاہیے یعنی علم فائدہ مند ہونا چاہیے۔

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا:

اللہ سے علم نافع مانگا کرو اور علم غیر نافع سے اللہ کی پناہ مانگا کرو۔ (ابن ماجہ-3843)

سوال یہ ہے کہ فائدہ مند علم کسے کہا جائے گا.....؟ ہر وہ علم جس کے ذریعہ انسان کا، طالب علم کا اللہ تعالیٰ کی وحدانیت پر ایمان پختہ تر ہو جائے اور اللہ کے اوپر یقین اور توکل میں اضافہ ہو، علم نافع کہلائے گا۔ فزکس کے علوم کے ذریعہ یا مادی علوم کے ذریعہ بھی انسان اس کائنات کے خالق اللہ وحدہ لا شریک کی صفات سے آگہی حاصل کر رہا ہے اور روحانی علوم کے ذریعہ بھی انسان اللہ تعالیٰ کی صفات، اللہ کی مرضی سے واقف ہوتا ہے اور اللہ تعالیٰ کے عرفان کو سمجھنے کے قابل ہوتا ہے۔

علم کے حصول کے بعد اللہ پر ایمان پختہ ہونا چاہیے۔ دوسرے انسانوں اور اللہ کی تمام مخلوقات کے لیے اخلاص اور خیر خواہی کے جذبات بیدار ہونے چاہئیں اور آخرت میں اللہ کے حضور جوابدہی کے احساس میں اضافہ ہونا چاہیے، ایسا علم، علم نافع ہے۔

ایسا علم جسے حاصل کرنے کے بعد کوئی انسان اللہ کی بندگی کے احساس سے عاری ہونے لگے، آخرت میں

جو ادبی کاتبین ذہن سے نکل جاتے، دنیا کی رغبت میں بے جا اضافہ ہو جائے (اور اس میں خود غرضی، لالچ یا تکبر بھی شامل ہے) تو ایسا علم اپنی تمام تر دنیاوی کشش کے باوجود علم نافع نہیں ہے۔ علم نافع انسان کو اللہ سے قریب کرتا ہے۔ جس شخص میں مندرجہ بالا منفی صفات یعنی خود غرضی، لالچ، تکبر، حب دنیا میں اضافہ ہو رہا ہو اور وہ اللہ سے دور ہو رہا ہو، ایسا شخص خواہ فرس کے علوم پڑھ رہا ہو یا روحانیت کا پاندھب کا علم حاصل کر رہا ہو، وہ شخص علم نافع نہیں بلکہ علم ناقص کا طالب علم شمار ہو گا۔ علم ناقص کا حامل شخص عالم تو کہلائے گا مگر ایسا شخص انبیاء کا وارث نہیں کہلا سکتا۔ علم نافع کا مطلب ہے وہ علم جس کے حصول کی وجہ سے ہم توحید باری تعالیٰ کو سمجھنے کی کوشش کریں، انسانوں کے لیے اخلاص و خیر خواہی کا ذریعہ بنیں اور آخرت میں اللہ کے حضور جواب دینے کے احساس میں چنگی آئے۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ دعا فرماتے ہیں:

اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق لیلۃ القدر ہزار مہینوں سے بہتر ہے، اس برکتوں والی رات میں فرشتے اور ارواح اترتی ہیں اور تمام رات تجلیات و انوار کی بارش ہوتی ہے۔ مرکزی مراقبہ سال سر جانی ٹاؤن میں رمضان المبارک کے آخری عشرے کی طاق راتوں میں منعقد ہونے والے اجتماعی شب بیداری کے پروگرام میں اجتماعی دعا بھی ہوگی۔ اگر آپ اجتماعی دعا میں اپنے کسی مقصد کے لیے دعا کروانا چاہیں تو ایک کاغذ پر اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے درج ذیل پتے پر اس طرح ارسال کر دیجیے کہ ہمیں 14 اگست 2012ء تک موصول ہو جائے۔

لفافے کے ایک کونے پر ”شب قدر میں دعا“ ضرور تحریر کیجئے۔

خواجہ شمس الدین عظیمی

روحانی ڈائجسٹ، 7/1-D، 1 تاظم آباد۔

کراچی 74600

روحانی ڈائجسٹ

خطبات عظیمی

انسان کا مادی وجود روح کے علاوہ کچھ بھی نہیں ہے۔ روح اگر ہے تو مادی وجود کی اہمیت ہے۔ روح اگر نہیں ہے تو مادی وجود کچھ بھی نہیں ہے۔ روح ہمارے اندر موجود نہ ہو تو نہ ہم ہاں بنیں گے، نہ باپ بنیں گے اور نہ بھائی نہ بہن۔ کوئی رشتہ قائم نہیں ہو گا۔

دنیا کی تاریخ سائنسدان تین ارب سال بتاتے ہیں اس پوری مدت میں ایک مثال بھی ایسی نہیں ہے کہ مردہ آدمی نے پانی پیا ہو۔ کسی مردہ آدمی نے روٹی کھائی ہو۔ کسی مردہ آدمی نے جسم کی تکلیف کے لیے مزاحمت کی ہو۔ روز ہم دیکھتے ہیں کہ آدمی مر جاتا ہے....!

مرنا کیا چیز ہے....؟

جب روح اس مادی وجود سے اپنا رشتہ توڑ لیتی ہے.... مرنا یہی ہے کہ آدمی کی روح اس مادی وجود سے اپنا رشتہ توڑ لے تو اب اس کی لاش کو جلا دیا جائے، قبر میں دبا دیا جائے، ٹکڑے ٹکڑے کر دیا جائے، پرندوں یا جانوروں کے آگے ڈال دیا جائے اس لاش کی طرف سے کوئی مزاحمت نہیں ہوگی۔

یہ ایسی بات ہے کہ اس سے چھ ارب انسانوں میں سے کوئی بھی انسان انکار نہیں کر سکتا۔ پھر مادی وجود کیا چیز ہے....؟

اللہ تعالیٰ کے بنائے ہوئے سارے نظام، تخلیق کے سسٹم ہیں، کوئی بلی چیز دراصل روح کے علاوہ کچھ بھی نہیں ہے۔

مادی وجود روح کا ایک مظاہرہ ہے۔

ساری دنیا آج در ماندہ اور پریشان نظر آتی ہے۔

اس پریشانی کی وجہ یہ ہے کہ یہ دنیا فلشن کے پیچھے بھاگ رہی ہے۔

اگست 2012ء



شرح روح و سلم

لہدال حق قلبہ سرور الہیہ

شرح : علامہ سید ابوالحسن علی Nadwi

صفحہ 28

علم الیقین، عین الیقین!

آپ یہ بات سمجھ گئے ہیں کہ ہر شے کی بنیاد لامحدودیت ہے اور ہر شے لامحدودیت سے نزول کر کے محدودیت میں مظاہرہ کرتی ہے۔ کائنات کا ہر فرد محدود دائرے میں اس بات کا تعارف کراتا ہے کہ اللہ کی ذات غیر محدود ہے۔ حد بندی تخلیق میں ہے، لیکن خالق لامحدود اور لا تغیر ہے۔

اللہ کا ارادہ (قسط و وحدانی) جب متحرک ہوتا ہے تو خلائے نور کو نور کی شکل میں ظاہر کرتا ہے۔ اللہ کا ارادہ جس نے ”کن“ کہہ کر کائنات تخلیق کی، کسی سبب کی

احتیاج نہیں رکھتا کیونکہ اللہ تعالیٰ خود خالق ہیں۔ انہیں بحیثیت خالق کے کسی سبب یا وسیلہ کی احتیاج نہیں ہے۔ خلائے نور میں وسائل و اسباب موجود نہ ہونے کے باوجود اللہ نے جب ”کن“ فرمایا تو ”کن“ کہتے ہی خلائے نور میں شکلیں اور صورتیں بن گئیں۔

اس حقیقت سے یہ بات مشکف ہوئی کہ خلائے نور اور خالق کا ارادہ ایک ہی حقیقت ہیں اور یہی حقیقت کائنات کی تعمیر کی بنیاد ہے۔

قرآن پاک میں اس حقیقت کو تدلی کا نام دیا گیا ہے۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں: یہ تو حکم ہے بھیجا ہوا جس کی طاقت زبردست ہے۔

کتاب لوح و قلم روحانی سائنس پر وہ منفرد کتاب ہے جس کے اندر کائناتی نظام اور تخلیق کے فارمولے بیان کیے گئے ہیں۔ ان فارمولوں کو سمجھانے کے لیے سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے روحانی طلباء اور طالبات کے لیے باقاعدہ لیکچرز کا سلسلہ شروع کیا جو تقریباً ساڑھے تین سال تک متواتر جاری رہا۔ یہ لیکچرز بعد میں کتابی صورت میں شائع کیے گئے۔ ان لیکچرز کو روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر پیش کیا جا رہا ہے تاکہ روحانی علوم سے دلچسپی رکھنے والے تمام قارئین حضرات و خواتین ان کے ذریعے آگاہی حاصل کر سکیں۔

اگست ۲۰۱۲ء

الگ زمین ہے....؟

گلترے کے لیے کوئی الگ قانون ہے....؟

پانی ایک ہی ہے.... وہ پانی جس درخت میں چلا جاتا ہے جس پھل میں چلا جاتا ہے اپنی Shape بدل لیتا ہے۔ کبھی وہ انار بن جاتا ہے کبھی وہ کیلا بن جاتا ہے، کبھی وہ سیب بن جاتا ہے، کبھی وہ سبزی بن جاتا ہے، کبھی وہ دودھ بن جاتا ہے۔ آپ غور فرمائیں گائے، بھینس اور بکری کی روح نکل جائے تو ان میں سے دودھ کا ایک قطرہ لے گا....؟ دودھ کا بننا، دودھ کی تخلیق جس طرح بھی ہو رہی ہو وہ بھی اس وقت ہو رہی ہے جب گائے کے اندر، بھینس کے اندر، بکری کے اندر روح موجود ہے۔ روح نکل گئی کچھ بھی نہیں ہے ختم ہو گئی ہر چیز۔

ہمیں سکون کیوں نہیں ہے....؟

ہم پریشان کیوں ہیں....؟

آپ نے بھی غور فرمایا۔ ہر چیز اللہ کی دی ہوئی موجود ہے۔ گاڑی بھی ہے، گھر بھی ہے مگر پھر بھی سکون نہیں ہے۔ کیوں سکون نہیں ہے۔ سکون اس لیے نہیں ہے کہ ہم ایک غلط راستہ پر چل رہے ہیں....

جو چیز نہیں ہے ثابت کرنا چاہ رہے ہیں کہ یہ ہے مادی وجود بغیر روح کے کچھ نہیں ہے۔ اس کی کوئی حقیقت نہیں ہے۔ ہم روح کو نظر انداز کر کے مادی وجود کو اجنبی دے رہے ہیں۔



قرآن حکیم کی مقدس

آیات و احادیث نبوی آپ

کی روحانی اور علمی معلومات

میں اضافہ اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔

خلاء کا بننا ہوا، جب اس کے اندر روح پڑ جاتی ہے یہ بولنے بھی لگتا ہے سننے بھی لگتا ہے۔ یہ شادی بھی کرنے لگتا ہے، اس کے بچے بھی پیدا ہوتے ہیں۔ یہ کاروبار بھی کرنے لگتا ہے، یہ گھر بھی بناتا ہے۔ جب روح اس سے رشتہ توڑ لیتی ہے تو نہ اس کے بچے ہوتے ہیں نہ خاندان ہوتا ہے۔ اس کے جسم کا ٹھکانہ قبر کا ایک گڑھا ہوتا ہے۔ کچھ عرصہ کے بعد قبر کھودیں تو اس میں کچھ نہیں ملتا۔ نہ ہڈیاں ملتی ہیں نہ گوشت ملتا ہے مٹی کا جسم مٹی میں مل کر ختم ہو جاتا ہے۔

ساری دنیا آج درماندہ اور پریشان نظر آتی ہے۔ اس پریشانی کی وجہ یہ ہے کہ یہ دنیا فکشن Fiction کے پیچھے بھاگ رہی ہے۔ سرباب کے پیچھے بھاگ رہی ہے، لوگ مادی وجود کو سب کچھ سمجھ رہے ہیں۔ جس روز یہ عقدہ حل ہو جائے گا کہ مادی وجود روح کے ایک میڈیم کے علاوہ کچھ نہیں ہے اسی روز پریشانی ختم ہو جائیں گی۔

کیا آپ اس بات پر غور نہیں کرتے کہ اللہ تعالیٰ نے ماں کے پیٹ میں کیسی کیسی خوبصورت چیزیں بنائی ہیں۔ اللہ تعالیٰ ان تصویروں کو زندگی فراہم کرتے ہیں۔ ان تصویروں کو روز مارتے ہیں روز زندہ کرتے ہیں۔ ان تصویروں کے لیے اللہ تعالیٰ نے زمین کو بچھونا بنا دیا ہے۔ آسمان کو چھت بنا دیا ہے۔ ان تصویروں کے لیے وسائل فراہم کر دیے ہیں۔ سورج کی، چاند کی، زمین کی، ڈیوٹی لگادی۔ ایک پانی ہے ایک زمین ہے مگر درخت الگ الگ ہیں اور ان پر لگنے والے پھل بھی کروڑوں کی تعداد میں ہونے کے باوجود مختلف اور علیحدہ ہیں۔ انار کا دانہ سرخ رنگ کا بھی ہوگا۔ کالے رنگ کا بھی مگر ذائقہ الگ ہوگا۔ خوشبو الگ ہوگی۔ کیلے کا ذائقہ بالکل الگ ہوگا۔ امرود، انار، گندم گہوں جتنے بھی اللہ تعالیٰ نے آپ کو پھل دیے، اجناس دیے.... آپ یہ بتائیں کیا گہوں کے لیے الگ پانی ہے....؟ انار کے لیے الگ پانی ہے....؟ امرود کے لیے



۵۰

اصلی صورت پر نمودار ہوا۔ جب حقائق اعلیٰ پر غور کرونگے
آپا اور پچھراؤ ایک آیا جھگڑا دکھائوں گے براہر قاضی
رہ گیا۔

پھر وہی کی اللہ تعالیٰ اپنے بندے پر جو چاہا دکھا جھوٹ
توہیں دیکھنا ہے۔

یہ دو مشاہدات و کیفیات ہیں جو معراج کے وقت
حضور ﷺ پر مظاہر ہوئیں۔ ان آیات میں ان حقائق
اور اعلیٰ مراتب کا تذکرہ ہے جو حقائق اور اعلیٰ مراتب
حضور ﷺ کو اور اور اسات اللہ سے حاصل ہوئیں۔
علم الہی کے تین شعبے ہیں۔

- 1- خدا تعالیٰ
- 2- خدا تعالیٰ
- 3- خدا تعالیٰ

اسرار حقیقات کے علوم کے حقائق ہیں۔ یہی حقائق
علم القلم ہیں۔ علم القلم علوم کا وہ باب ہے جو لوح محفوظ
سے پہلے ہی لوح محفوظ انہیں علوم کا گناں ہے۔
حضور علیہ السلام کی ایک دعائی بھی ہے۔

یا اللہ!

میں تجھے ان ناموں کا واسطہ دیتا ہوں جن کو تو نے مجھ
پر ظاہر کیا۔ مجھ سے پہلوں پر ظاہر کیا اور میں تجھے ان
ناموں کا واسطہ دیتا ہوں جو تو میرے بعد کسی پر
ظاہر کرے گا۔

یہ الفاظ بہت تیلیہ طور طلب ہیں کہ جو تو میرے بعد
کسی پر ظاہر کرے گا۔ یہ نام اللہ تعالیٰ کی ان صفات و
کمالات پر مشتمل ہیں جو اللہ تعالیٰ کے ذہن میں موجود
ہیں۔ یہی صفات و کمالات اللہ کے شہانہ اور حقیقتات ہیں۔
یہ علم اللہ تعالیٰ کی ذات کے بعد ”اندراہ“ سے پہلے ہے۔
اس مرتبہ کی معرفت حقیق و تکوین کی صلاحیتیں عطا کرتی
ہے۔ مقصود یہ ہے کہ اللہ کے ہر نام میں ان شاء اللہ کمالات جمع

ہیں۔ کمالات خلائے نور سے صادر ہو کر لوح محفوظ کی
زینت بنتے ہیں۔ یہ لوح محفوظ پر نقش و نگار ہیں کہ ہر مرتبہ
ہیں۔ یہی لوح محفوظ کے نقش و نگار لوح محفوظ سے توحید
کہ کے عالم خلق میں ظاہر ہوتے ہیں۔

خلائے نور ہر حالت میں رنگ سے ہر حالت میں رنگ سے
نقی یا عدم مراد نہیں معلوم نور مراد ہے جو نورانیت کے
قانون کی وسایط ہے۔ جو قانون نورانیت کا مجموعہ ہے۔ یہ
ایک طرح کا طاقت ترین حلیہ ہے اور اس ہی حلیہ سے نور
کی تخلیق ہوتی ہے۔ خلائے نور اللہ کی ذات نہیں ہے۔
خلائے نور ہر حالت میں ہر رنگ ہے اور ذات یا ربی تعالیٰ صراط
الورایہ رنگ ہے۔ مقصود یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کی ذات کو
بیان کرنے کے لیے صراط یا اس الفاظ نہیں ہیں۔ ہم اللہ
تعالیٰ کی جتنی بھی کسی طرح طریقے سے الفاظ میں محدود نہیں
کر سکتے۔ اللہ تعالیٰ کی جتنی کلیات الفاظ و ہم و تصور اور ہر
طرز قہم سے بیلا تر ہے۔

انسان جب اللہ تعالیٰ سے متعلق ہوتا ہے تو
متعلق ہونے کی وہ طرز ہیں۔ ایک طرز یہ ہے کہ
انسان اللہ تعالیٰ کی صفات سے متعلق ہوتا ہے۔ دوسری
طرز یہ ہے کہ انسان اللہ کی ذات سے متعلق ہوتا ہے۔
کوئی انسان جب صفات سے متعلق ہوتا ہے تو اللہ
کو اللہ کی صفات میں دیکھتا ہے اور اللہ کی صفات میں اللہ کو
دیکھتا ہے۔ یہ کسی پر نہیں دیکھتا ہے۔ اس کے برعکس جب
کوئی بندہ اللہ کو اللہ کی ذات میں دیکھتا ہے تو محض فکر و
جہد فی اللہ کی قربت کو محسوس کرتا ہے۔ فکر و جہد فی
سے قربت کو محسوس کرتا ہے۔ لا الہ الا اللہ بھی اللہ تعالیٰ کی
ذات کو الفاظ یا کسی قسم کے حدود و احوال میں بیان نہیں
کر سکتا۔ فکر و جہد فی اللہ انسان کو ایسے مقام پر پہنچاتا ہے
جہاں انسان تجلی ذات کا مشاہدہ کر لیتا ہے۔ تجلی ذات کا
مشاہدہ اور اللہ کی ذات کو دیکھنا اللہ الگ الگ نہیں ہیں۔ یہی

جب کوئی بندہ ذات کو دیکھتا ہے تو اسے اللہ تعالیٰ کی تجلی کا
عرفان حاصل ہوتا ہے۔ اس مقام میں اللہ تعالیٰ سے گفتگو
براہر راست باری تعالیٰ سے نہیں ہوتی بلکہ اللہ سے گفتگو
بھی تجلی ذات کی معرفت ہوتی ہے۔

کوئی بندہ براہر راست نہ تو اللہ کو دیکھ سکتا ہے اور نہ اللہ
سے گفتگو کر سکتا ہے۔ اللہ کو دیکھنا اللہ سے گفتگو کرنا اللہ کی
قربت کو محسوس کرنا تجلی ذات کی معرفت سے ہوتا ہے۔
ہم جب آئینہ کے سامنے کھڑے ہوتے ہیں تو ہمیں
آئینے کے اندر اپنا عکس نظر آتا ہے۔ ہم کہتے ہیں کہ ہم
آئینہ دیکھ رہے ہیں جبکہ ہمارا مشاہدہ ہے کہ جب تک آئینہ
ہمیں دیکھ کر اپنے اندر عکس محفوظ نہ کرے ہم آئینہ نہیں
دیکھ سکتے۔ یعنی کوئی بھی شخص آئینہ کو نہیں دیکھتا بلکہ ہر
شخص آئینہ کے دیکھنے کو دیکھتا ہے۔ بالکل یہی صورتحال
براہر راست حواس کی ہے۔

ہم جب کسی شے کو دیکھتے ہیں تو پہلے وہ شے انسان
کے مشاہدے میں داخل ہوتی ہے پھر شے کے اندر فہم اور
شعور ابھرتا ہے جو شے کے تعارف کا ذریعہ بنتا ہے۔ جب
تک شے مشاہدے میں داخل نہ ہو یا شے کی فہم شعور میں
نقل نہ ہو ہم کسی شے میں معانی نہیں پہنچا سکتے۔

مثلاً جب سورج کہا جاتا ہے تو سننے والا اپنے داخل
میں سورج کو محسوس کرتا ہے۔ اس کے بعد شعوری طور پر
سورج کے معانی اور مفہوم متعین ہوتے ہیں۔

ہم جب سورج کو ظاہری اسباب سے ہٹ کر مشاہدہ
کرتے ہیں تو تمام دنیا میں انسان سورج کے بارے میں
سوچنے پانے ہیں ان سب کو سورج ایک ہی طرح محسوس
ہوتا ہے۔ لیکن روحانی آنکھ جس طرح سورج کو دیکھتی ہے
وہ ایسی حقیقت ہے جس میں تغیر نہیں ہوتا۔

روحانی دنیا میں بسنے والا ہر انسان سورج کو ایک ہی
طرح دیکھتا ہے اور اس میں کبھی تغیر نہیں ہوتا۔ یہی

صورتحال اس وقت پیش آتی ہے جب ہم ایسی چیز کا نام
سننے ہیں جس کو ہم نے کبھی نہیں دیکھا۔ نام سننے کے بعد
اس ان دیکھی شے کا کوئی نہ کوئی تصور ذہن پر
ضرور ابھرتا ہے۔

خدا کو کسی نے نہیں دیکھا لیکن جب کوئی بندہ خدا کا
نام سنتا ہے تو اس کے داخل میں ایک حقیقت ضرور
وارد ہوتی ہے۔ ایسی حقیقت جس کو کسی بھی طرح نظر
انداز نہیں کیا جاسکتا۔ مثلاً ایک آدمی خدا کے وجود کا انکار
کرتا ہے لیکن سوال یہ ہے کہ انکار کس چیز کا کیا جا رہا ہے۔
اللہ ایک حقیقت ثابتہ ہے جو انسان کے اندر داخل
ہوتی ہے اور شعور اس حقیقت کا دباؤ محسوس کرتا ہے۔
اس حقیقت کے معانی و مفہوم اگر شعور میں پوری طرح
واضح نہیں ہوتے تو کوئی انسان خدا کا انکار کر دیتا ہے، اصل
میں وہ کہنا یہ چاہتا ہے جس خدا کا تذکرہ کیا جا رہا ہے اس خدا
کو اس کی شعوری فہم تسلیم نہیں کرتی۔

بہر حال براہر راست دیکھنے کی طرز میں کائنات ایک
نقطہ ہے جس کے اندر کائنات ہی نہیں ورانے کائنات بھی
ہے۔ یہی محسوس نقطہ عین یقین ہے لیکن جب اس نقطہ
میں ورانے کائنات بھی داخل ہو جاتا ہے تو اس کیفیت کو
حق یقین کہا گیا ہے۔



ایک معلوماتی

اور مفید رسالہ

ہے۔ اسے اپنے

حلقہ احباب میں بھی

متعارف کرائیے.....

کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبہ کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبہ سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے پیش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبہ سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبہ کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور وقتی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے باورانی علوم کے حصول میں مراقبہ کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔ ان صفات پر ہم مراقبہ کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبہ کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبہ کے ذریعے اپنی شخصیت اور وقتی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ 1/7، D-1، ٹائم آباد، کراچی 74600

وَعَلَى اللَّهِ



ترجمہ: ”میرا بھروسہ صرف اللہ پر ہے۔“

PRIMEPACK Industries

S.I.T.E. , Hyderabad

Phone: (022)- 3880627

Fax : (022)- 3880381

میرے گھر یہ حالات عام متوسط گھرانوں جیسے ہیں۔ باباجان نے میری کئی خواہشیں پوری کیں اور اب بھی کرتے ہیں۔ لیکن باباجان نے بچپن سے مجھے جس ماحول میں رکھا اس نے میری زندگی کو عذاب بنا دیا تھا اور اب جبکہ میں ایک بالغ مرد ہوں تو زندگی سوائے جہنم کے کچھ نہیں لگتی تھی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ انہوں نے کبھی بھی مجھے گھر کی چار دیواری سے باہر نکلنے کی اجازت خوشی سے نہ دی۔ ان کا کہنا تھا کہ باہر کا ماحول اور حالات خراب ہیں۔ تم گھر میں ہی رہ کر کھلو اور پڑھو۔ ان بچپانہ رویوں کی وجہ سے مجھ میں خود اعتمادی کی کمی ہو گئی تھی۔ جس کی وجہ سے میں کسی بھی محفل میں شریک نہیں ہوتا۔ دوستوں سے سخت البرج تھا، اگر کبھی دوستوں کے درمیان بیچھے بھی جاؤں تو منہ سے الفاظ نہیں نکلتے تھے، زبردستی بولنے کی کوشش کرتا تو بھگانے لگتا، باقی دوست خوب ہنس ہنس کر باتیں کیا کرتے تھے، لیکن میں ایسا کرنے پر قادر نہیں تھا۔ جب تین چار آدمی کھڑے ہوں اور کوئی بات کرنی پڑ جائے تو زبان لڑکھڑا جاتی اور رونا آجاتا تھا۔ فقرے صحیح طور سے ادا نہیں کر سکتا تھا۔

میرا قد بھی کافی چھوٹا ہے۔ اس چھوٹے قد نے مجھے جو عذاب دیے ہیں وہ بھی زندگی کو کاٹنا بنائے ہوئے تھے۔ میں اپنی طرف سے پوری کوشش کرتا کہ دوست بناؤں لیکن کوئی بھی مجھے دوست بنانے کو تیار نہیں تھا۔ ان تمام باتوں سے پڑھائی بھی کافی متاثر ہو رہی تھی۔ میری خواہش تھی کہ پڑھ لکھ کر بڑی بڑی بلڈ گولڈ اور پلوں کے فٹسے بناؤں مگر میٹرک کے بعد پڑھائی میں دلچسپی کافی کم ہوتی چلی گئی تھی۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ انٹر سیکنڈ ایئر کے ایک سیمپر میں ٹپل ہو گیا۔ یہ میرا انتخاب 21 مہینہ گیا کہ سب گھر والوں نے مجھے نظر انداز کرنا شروع کر دیا۔ باباجان بھی خفا نہ بنے لگے۔

پہلے ہی میں احساس کمتری اور اعتماد کی کمی میں مبتلا تھا میری اس ناکامی سے میرے اندر حسد کا مرض بھی سرایت کر گیا تھا۔ اب کبھی بھی پڑھے لکھے ذہین طالب علم یا زندگی کی دوڑ میں کامیاب شخص کے بارے میں میرے سامنے ذکر کیا جاتا تو میرا دل کرتا کہ اس کی کامیابی اس سے چھین لوں۔ زبان سے تو کچھ نہ کہتا مگر اندر ہی اندر جلتا اور کڑھتا رہتا۔ تنہائی پسند ہوتا جا رہا تھا۔

میری دن بدن بگڑتی ہوئی حالت پر باباجان بہت پریشان رہا کرتے۔ انہوں نے کئی ڈاکٹروں سے میرا چیک اپ کروایا۔ عموماً ڈاکٹر آرام کا مشورہ دیتے اور تباہ کو دور کرنے کے لیے خواب آور ادویات دیا کرتے۔ شروع میں ان دواؤں سے کچھ فائدہ بھی ہوا۔ مگر آہستہ آہستہ یہ دوائیں بھی پکار ثابت ہونے لگیں۔

حسد مجھ میں اس قدر سرایت کر گیا تھا کہ رفتہ رفتہ دوسروں کے لیے اچھے جذبات اور قربانی کا جذبہ بے معنی ہو گیا تھا۔ حسد کی وجہ سے دوستوں کی دوستیاں اور رشتوں کی راسخوں نے مجھ سے منہ موڑ لیا اور میں تنہا اور زندگی سے مایوس ہو گیا۔

باباجان میری اس حالت پر سخت متفکر رہا کرتے اور جہاں بھی میری بہتری کے لیے کوئی امید کی کرن دکھائی دیتی۔ باباجان کوشش کر کے مجھے وہاں ضرور لے جاتے۔ ایک روز باباجان کے بچپن کے ایک دوست ہمارے گھر تشریف لائے، یہ صاحب مائٹڈ سائنس سے کچھ شغف رکھتے تھے۔ باتوں باتوں میں باباجان نے میری پریشان کن حالت سے انہیں بھی آگاہ کیا اور بولے

”یہ تم میرے بچپن کے دوست ہو۔ میں اپنے بیٹے کی گرتی صحت، خاموشی اور تنہا پسندی سے سخت پریشان ہوں۔ اب تم ہی کوئی مشورہ دو میں کیا کروں۔“

باباجان کے یہ دوست الزبتھ تھری ایبز اور فرنیات

بھی خاص دلچسپی رکھتے تھے۔ اس حوالے سے ان کا اچھا خاصہ مطالعہ تھا۔ ویسے تو باباجان الزبتھ تھری ایبز پر زیادہ یقین نہیں رکھتے تھے مگر میری حالت کے پیش نظر وہ ان تمام طوائف کو آگاہ کیا۔ یہ رہنما تھے، جس سے میری طبیعت میں بہتری پیدا ہو سکے۔

باباجان کے دوست کا کافی دور خاموشی کچھ سوچنے پر پھر انہوں نے مجھے بھی بلوا کر اپنے پیاس بھلیا اور شفقت و محبت سے چند سوالات کیے۔ میرے جوابات کی روشنی میں انہوں نے باباجان کو بتایا کہ

”آپ کے بیٹے کا اصل مسئلہ مختصر خیال، ذہنی دلیلی، مایوسی، خود پر اعتماد نہ ہونا اور ہر چیز کے حقیقی پہلوؤں پر نظر نہ رکھنا ہے۔ میرے خیال میں ان مسائل کا حل ”مراقبہ“ سے ممکن ہے۔“

انہوں نے مزید بتایا کہ ”بعض اوقات انسان کوشش کے باوجود جب کامیابی حاصل نہیں کر سکتا تو مایوسی اور اعتماد کی کمی ذہن پر ڈیرے ڈال دیتی ہے۔ پھر انسان کچھ نہیں سوچ سکتا۔ خود کو حقیر اور دوسروں کو قصوردار سمجھنے لگتا ہے۔ ایسی زندگی کو کوئے دینے لگتا ہے کہ میری قسمت میں یہ کامیابی لکھی ہی نہیں تھی یا میں جتنی بھی کوشش کروں کامیاب نہیں ہو سکتا۔ پھر مایوس شخص ایسی تمام کوششیں ختم کر دیتا ہے بلکہ ہاتھ پاؤں چھوڑ کر بیٹھ جاتا ہے۔ لیکن وہ آگے بڑھنے کی تمام راہیں گویا خود اپنے لیے بند کر دیتا ہے۔ لیکن اگر ہم سوچیں تو مایوسی ہمیں کچھ نہیں دیتی۔ مایوسی الیما تھیر ہے جو انسان کو ذہنی طور پر مفلوج بنا دیتی ہے تاکہ وہ آگے نہ بڑھ سکے۔ جوصلوں کے سلسلے میں عقیدہ کر لیتا ہے۔“

انہوں نے کہا کہ ”میں نے ان انسانی مسائل کے بارے میں کافی پڑھا ہے۔ مایوس ذہنی و جسمانی مسائل کے حل کے لیے لکھ سکتی، اور نکلنے اور غیبتوں سے نجات کو

بڑی اہمیت دیتے ہیں۔ اس کے حصول کے لیے مراقبہ بہتر میرے نزدیک کوئی چیز نہیں۔ میں نے خود بھی مراقبہ کیا اور اب بھی کرتا ہوں۔ اس سے مجھے ذہنی و جسمانی بہت سے فوائد حاصل ہوئے ہیں۔ میرے ایک دوست مراقبہ پر دسترس رکھتے ہیں۔ وہ الزبتھ تھری ایبز کا ایک انٹرویو چلا رہے ہیں۔ وہاں مراقبہ کی تحقیق بھی کراہی جاتی ہیں۔ میں آپ کے بیٹے کیلئے باباجان کو بلواتا ہوں۔“

میں بھی اپنے مسائل سے بہت پریشان تھا۔ لہذا باباجان کے کہنے پر ان کے دوست کے ساتھ چلا گیا۔ انٹرویو میں میرے تمام حالات زندگی کو بغور سنا گیا۔ یہاں بھی مسائل کے حل کے لیے مراقبہ کی مستحکم تجویز کی گئی۔ مراقبہ کے بارے میں، میں نے بھی تھوڑا بہت پڑھا تھا۔ لہذا ان کے مشوروں پر عمل کر کے تھکا تھا۔

مراقبہ کی پہلی محنت تلی روشنیوں کی بتائی گئی رات کو ایک وقت مقرر کر کے مراقبہ کا آغاز کر دیا۔ پہلے روز آٹھ گھنٹے تک مراقبہ میں بیٹھا تھا کہ ذہن پر مایوسی کی کیفیت چھا گئی۔ ہر طرف سے ایک شور کی آواز آ رہی تھی۔

”یہ شخص کچھ نہیں کر سکتا، ست، کامل اور کند ذہن ہے۔ اس میں کوئی ایسی خوبی نہیں جو کہ لوگوں کو فائدہ پہنچا سکے۔“

شور بلند ہوتا جا رہا تھا۔ تمام جسم بیٹنے سے شرابور ہو رہا تھا۔ لیکن یہ جسم میں حرارت بھی محسوس ہوئی۔ ان کیفیات کی وجہ سے مراقبہ ختم کر کے بیستر پر چلا گیا مگر ساری رات تینہ نہیں آئی۔ صبح بستر سے اٹھا تو نے چھٹی محسوس ہو رہی تھی۔ ”دوسری، تیسری یہاں تک کہ کئی راتیں یہ ہی کیفیت رہی۔ پھر میں نے مراقبہ چھوڑ دیا۔

کچھ دنوں بعد بابا جان کے دوست ہمارے گھر پھر تشریف لائے۔ بابا جان سے ملنے کے بعد مجھے بلوایا اور اب تک کی مراقبہ کے بارے میں کیفیت معلوم کیں۔ میں نے تمام روداد انہیں بتائیں۔ وہ مجھے پھر انسٹیٹوٹ لے گئے۔ انسٹیٹوٹ والوں نے مراقبہ جاری رکھنے کا مشورہ دیا اور مراقبہ کرنے کی کچھ ٹیپس بھی دیں۔ میرا دل تو نہیں مان رہا تھا مگر مراقبہ دوبارہ شروع کیا جانے لگا۔ بابا جان کے دوست کے کہنے پر مراقبہ شروع کر دیا۔ اس مرتبہ پہلے جیسی کیفیت کچھ کم رہی۔ شور کی آواز آتو رہی تھی مگر شور میں شدت پہلے جیسی نہیں تھی۔

ایک روز نماز عشاء ادا کی۔ اس کے بعد قرآن پاک کی تلاوت کی۔ کافی دیر تک قرآن پاک کی تلاوت میں مشغول رہا پھر اللہ کے حضور دعا کرتے کرتے مجھ پر رقت طاری ہو گئی.... چہرہ آنسوؤں سے تر ہو گیا۔

وقت مقررہ پر مراقبہ کا آغاز کیا۔ آج نیند بھی اچھی آئی۔

ایک روز مرا قید کا آغاز ہی کیا تھا کہ مجھے ایک سربز راستہ دکھائی دیا۔ میں اس راستے پر چلنے لگا۔ ابھی کچھ ہی دور چلا ہوں گا کہ ایک خوبصورت عمارت دکھائی دی۔ یہ عمارت سفید سنگ مرمر کے پتروں سے بنی ہوئی تھی مگر شفاف نئیل روشنی نے اسے نیلا عکلاف پہنا دیا تھا۔ میں اس عمارت میں داخل ہوا تو بہت سے افراد قرآن پاک پڑھنے میں مصروف تھے۔ میں بھی ان کے درمیان میں بیٹھ گیا۔ ابھی سوچ ہی رہا تھا کہ میں بھی قرآن پڑھوں اتنے میں ایک شخص ان لوگوں کے درمیان سے نکل کر آئے بیٹھ گیا اور بلند آواز سے قرآن پاک کی تلاوت کرنے لگا۔ ان صاحب کی تلاوت میں کچھ ایسی مٹھاس تھی کہ ذہن کھل طور پر ان کی تلاوت کی جانب مبذول ہو گیا اور نہ معلوم وہ اتنی دیر تک تلاوت قرآن میں مصروف رہے اور میں بھی

ان کی خوبصورت تلاوت میں کھو گیا۔ تلاوت ختم کی تو دعا کے لیے ہاتھ بلند کیے مگر زبان سے الفاظ ادا نہیں ہو رہے تھے۔ محفل میں بیٹھے تمام لوگوں کی آنکھوں سے آنسو جاری تھے۔

ایک روز عشاء کی نماز ادا کی اور ذکر و اذکار میں مصروف ہو گیا۔ اس کے بعد تلاوت قرآن پاک کی پھر مراقبہ میں بیٹھ گیا، آنکھیں بند کیے ابھی کچھ دیر ہی گزری تھی کہ آنکھوں کے سامنے مسجد نبوی کا منظر ابھرا۔ دیکھا کہ میں مسجد نبوی میں نماز ادا کر رہا ہوں۔ نماز مکمل کرنے کے بعد دعا کے لیے ہاتھ اٹھاتا ہوں تو گنبد خضرا آنکھوں کے سامنے ہوتا ہے اور الفاظ کے بجائے آنسو پانچا دعا بیان کرنے لگتے ہیں۔ میں کافی دیر اس پرسکون فضا میں آنسوؤں کے نذرانے پیش کرتا رہا کچھ دیر بعد پوری فضا بے بادل چھا گئی اور ابر رحمت برسنے لگی۔ بارش کے نظارے جسم میں تازگی پیدا کر رہے تھے۔ پوری فضا سے منور تھی۔

مراقبہ ختم کیا تو جسم انتہائی ہلکا چلنا محسوس ہوا، مراقبہ سے اٹھ کر شکرانے کے نوافل ادا کیے اور اللہ تعالیٰ سے اپنی مغفرت کی دعائیں کی۔

مر اقبال میرے لیے ایسی دوا ثابت ہوا ہے جس نے
 مجھے جسمانی، ذہنی اور نفسیاتی مسائل کو کافی حد تک حل
 کر دیا ہے۔ ذہن یکسو کرنے کی وجہ سے اعتماد میں اضافہ ہوا
 ہے۔ گفتگو میں روانی آئی ہے۔ پڑھائی کی طرف مائل ہوا
 ہوں۔ مر اقبال ہر مزید پابندی سے کرنے لگا ہوں۔ یہ مجھے
 سکون رکھتا ہے۔ چھوٹے قد کی وجہ سے پیدا ہونے
 والے احساس کمتری میں بھی کمی آئی ہے۔ اچھے اخلاق،
 ہر گفتگو اور اعتماد کی وجہ سے اب میرے دوست بھی
 بننے لگے ہیں

عبدالرؤف ہاشمی عظیمی کی شخصیت سلسلہ عظیمیہ سے منسلک دوستوں کے لیے کسی تعارف کی محتاج نہیں ہے۔ آپ تقریباً 35

سال سے سلسلہ عظیمیہ سے منسلک ہیں۔ سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی

ہدایت پر عبد الرؤف ہاشمی روحانی معالج کی حیثیت سے مرکزی مراقبہ ہال میں آنے والے پریشان حال انسانوں کی جسمانی توانائی، دل کی آسودگی، ذہن کی کشادگی، روح کی بالیدگی اور سیرت و کردار میں بہتری کے لیے اپنے فرائض ادا کرتے ہیں۔ عبد الرؤف ہاشمی صاف شفاف ذہن کے مالک ہیں، نرم مزاج اور خوش ذوق ہیں۔ رؤف صاحب ہومیو پیتھ ڈاکٹر بھی ہیں مگر اسے باقاعدہ ذریعہ معاش نہیں بنایا بلکہ بلا معاوضہ لوگوں کو مشورے دیتے ہیں۔ عبد الرؤف ہاشمی عظیمی کے انٹرویو کا دوسرا اور آخری حصہ پیش کیا جا رہا ہے۔

انثرويو: مشكور الرحمن

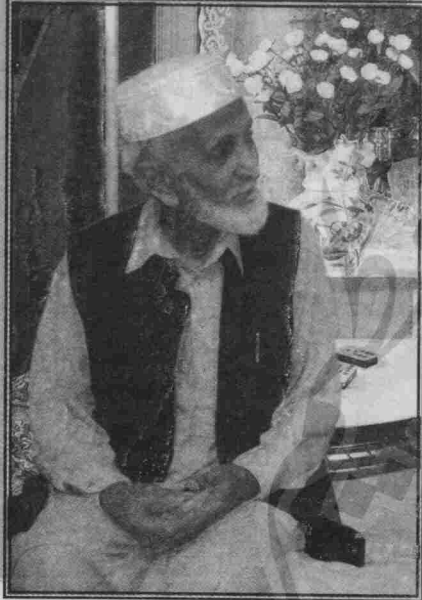
(گزشتہ سے پیوستہ)

عبدالرؤف ہاشمی سے ہم نے سوال کیا کہ ہماری اکثر دعائیں قبولیت کی منزل تک کیوں نہیں پہنچتی ہیں.....؟

سچھٹا چاہیے کہ دعا ہے کیا.....؟ دعا ایک قرآنی لفظ

عبد الرؤف ہاشمی عظیمی

سے ایک ملاقات



ساحر اچھائی ہی کرنا۔ میں اپنے والد کی اسی نصیحت پر عمل کرنے کی کوشش کرتا ہوں۔“

رؤف صاحب نے اپنی بات مکمل کی تو ہم نے عرض کیا کہ آج کل ہمارے بزرگ نوجوانوں سے بڑے شاکر دکھائی دیتے ہیں۔

ان کا کہنا ہے کہ نوجوان نسل خراب ہوتی جا رہی ہے۔ ایک طرح سے دیکھیں تو بات درست بھی دکھائی دیتی ہے۔ لیکن نظریہ آتا ہے کہ ہمارے اکثر بڑوں کے پاس بھی اس مسئلے کا حل نہیں ہے۔

آپ اس مسئلے کی وجہ اور اس کے حل کے بارے میں کچھ فرمائیے....؟

رؤف صاحب نے کچھ دیر توقف کیا پھر بولے ”یہ آپ نے بہت ہی اچھا سوال پوچھا ہے۔ ہمیں یہ بات ذہن میں رکھنی چاہیے کہ کوئی بھی برائی اچانک پیدا نہیں ہوتی اسی طرح اچھائی بھی۔ دراصل اچھائی اور برائی ضرب در ضرب Multiply ہوتی ہے۔ میں تو یہ کہتا ہوں کہ جس چیز سے آدمی کو فائدہ محسوس ہو گا، اسے وہ اچھا سمجھے گا، جس میں وہ نقصان محسوس کرے گا اس سے دور رہنے کی کوشش کرے گا۔

بزرگوں کا اس سلسلے میں ایسا کردار ہونا چاہیے کہ وہ جو بات کہیں پہلے اس پر خود عمل کر کے دکھائیں۔ جب اس طرح کا ماحول بن جائے گا تو نوجوان اسی Repetition کو دیکھتے دیکھتے اس کے عادی ہو جائیں گے اور اچھی باتیں اور اچھی سوچ ان کی زندگی کا حصہ بن جائیں گی۔

ہمارے بزرگوں اور والدین کو اس بات کو سمجھنے کی ضرورت ہے کہ اچھائی ہو یا برائی وہ Multiply ہوتی ہے۔ اس لیے وہ نئی نسل کی اصلاح سے پہلے خود اپنی اصلاح کریں۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہی اس مسئلہ کا

ہمارے طویل سوال پر عبدالرؤف ہاشمی صاحب مسکراتے اور مجھے لیچے میں کہنا شروع کیا ”دیکھیے! میں یہ سمجھتا ہوں کہ ہمیں ایسا قسمہ والی باتیں نہ کرنی چاہئیں کہ جتنی اللہ پر کوشش کرتی چاہیے، مشکلات خود بخود دور ہوتی جائیں گی۔

جب میں نے شعوری منزل میں ملے کھیں، تو یہ سبق گھر سے ملا کہ تنگی اور اچھائی بھی روشنی کی مانند ہوتی ہے، تنگی کے راتے کو اپنا لیا جائے تو رات کے تلک کی مانند خود ختم ہو جاتی ہے۔ جب میں اپنے والد گرامی خود غرضی، بے حوصلہ رہی، میری اور بے حسی میں مبتلا ہوا تو کو دیکھتا ہوں تو خیال آتا ہے کہ اچھے لوگ اس بے حوصلہ دنیا میں ستاروں کی مانند ہیں، جو تلک کی کے احساس کو مدد ہم کر دیتے ہیں اور امید کا احساس دلاتے ہیں۔

تیک انسان کی اچھائیاں محض دنیا تک محدود نہیں ہوتی بلکہ اس کی اچھائی کا عمل خواہ وہ کتنا ہی مختصر کیوں نہ ہو ہمیشہ زندہ رہتا ہے۔

میں بہت چھوٹا آدمی ہوں۔ کوشش کرتا ہوں کہ میری ذات سے کسی کو کوئی نقصان نہ پہنچے۔ چھوٹا تنک لوگوں کی محبت کرنے کا سوال ہے تو یہ لوگوں کا احسان ہے کہ مجھ سے محبت کرتے ہیں۔

میرے والد کہنا کرتے تھے۔ بیٹا! یہ بات اگر کوئی تم سے اچھا سلوک کرے تو تم کیا کر دو گے....؟

میں نے کہا۔ میں بھی اس کے ساتھ اچھا سلوک کروں گا۔

اور اگر کوئی تم سے برا سلوک کرے تو....؟ میں نے کہا کہ پھر میں بھی ویسا ہی سلوک کروں گا۔ والد صاحب کہتے تھے بیٹا! اپنا اختیار دوسرے کے ہاتھ میں کیسی نہیں دینا ایسی بیجان کو کیسی نہیں کھولنا اگر تم اچھے ہو تو کوئی لاکھ برا سلوک کرے تم ہمیشہ اس کے

ہے اور اس سے خدا کو بیکار نہ مارا ہے۔ دعا خالق و مخلوق میں ربط پیدا کرتی ہے دعا کرتے وقت انسان متصل حق ہو جاتا ہے اور غیر حق سے منقطع ہو جاتا ہے۔ مسلمان کے ہاتھ میں دعا ایک ایسا پتھریلا ہے جس کے ہوتے ہوتے اسے دیر دیر ٹھوکریں کھاتے کی ضرورت نہیں۔ صرف یقین کا عقد ان ہی اسے دعا کے اثرات سے محروم کر دیتا ہے۔ بعض لوگوں کے دلوں میں خیال آتا ہے کہ کیا یہ دعا میں قبول ہو جاتی ہیں....؟

اس سلسلے میں بلا توقف اور بلا تامل کہہ سکتا ہوں کہ جی ہاں.... ہمارے رب نے خود ہی تو اپنے کلام میں فرمایا..... میں پکارتے والے کی پکار سنتا ہوں.... ان کلمات سے ہماری نفسی ہو جاتی چاہیے اور ہمیں اس بات پر کہ ہر دعا قبول ہو جاتی ہے مزید دلائل لانے کی ضرورت نہیں۔ دراصل قبولیت دعا کا وعدہ بالکل سچا ہے۔ لیکن یہ وعدہ مطلق ہے، مقید نہیں کہ اسی وقت اور اسی صورت میں پورا کر دیا جائے۔ جس صورت میں بندہ نے دعا مانگی ہے۔ حق بھلائے گا ہر فعل حکمت رکھتا ہے۔

آپ دعا کرتے وقت قلب کی نگاہ حق تعالیٰ کے وجود کرم پر مرکوز کر دیں یقین کامل کے ساتھ اللہ کی رحمت کے امید وال رہیں کہ رہیں، پھر دیکھیں دعا کی بدولت کیسے کیسے فوائد ظہور میں آتے ہیں۔“

”دعا کے حوالے سے اس قدر تفصیلی جواب کے بعد ہم نے عبدالرؤف ہاشمی صاحب سے سوال کیا کہ ”آپ کی والدین کی سلسلہ عظیمیہ سے تقریباً 35 سال سے ہے، آپ لوگوں کے دکھ درد میں شریک ہوتے ہیں، لوگ بھی آپ سے دل سے محبت کرتے ہیں۔ ہم دیکھتے ہیں کہ انسان کا مقصد جتنا بڑا ہوتا ہے، اسے اتنی ہی تکلیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے آپ کو اس مقام تک پہنچنے کے لیے کتنی مشکلات کا سامنا کرنا پڑا....؟“

حتیٰ حل ہے۔“

عبدالرؤف ہاشمی صاحب نے اپنا جواب مکمل کیا تو نوجوانوں کے ایک اور اہم مسئلے کے بارے میں سوال کیا کہ آج اکثر نوجوان پسند کی شادی کرنا چاہتے ہیں۔ اس شادی میں والدین کی رضامندی ہو یا نہ ہو.... پسند کی شادی کے سلسلے میں بعض اوقات وہ خود سر بھی ہو جاتے ہیں۔

آپ کا اس بارے میں کیا خیال ہے....؟

عبدالرؤف ہاشمی صاحب مسکراتے ہوئے کہنے لگے ”دیکھیے! اگر دونوں یقین ایک دوسرے کو پسند کرتے ہیں تو شریعت میں ایجاب و قبول، حق مہر اور گواہوں کے علاوہ مزید کوئی حکم نہیں ہیں۔ لیکن ماں باپ کا احترام معاشرتی اور مذہبی نقطہ نگاہ سے اپنی جگہ بہت اہم ہے۔ بچے ناسمجھ ہوتے ہیں، لہذا ماں باپ کی تربیت ایسی ہونی چاہیے کہ ان میں شعور پیدا ہو، ہمارے معاشرے میں

اگر شیخ میرج کی صورت میں جس طرز کے غائبانہ رشتے طے کیے جاتے ہیں۔ میں نہیں سمجھتا کہ اس کی ہمارے مذہب میں کوئی گنجائش ہو سکتی ہے۔ اسلام کے حکم ایجاب و قبول کا مطلب ہی فریقین کی رضامندی ہے۔ یہ والدین کا فرض ہے کہ وہ بچوں کی شروع سے ایسی تربیت کریں، انہیں سمجھائیں اور انہیں وہ ماحول دیں کہ بے شک بچے اپنے متعلق خود فیصلہ کریں لیکن والدین بھی اس فیصلے سے مطمئن ہوں۔ والدین کو بھی چاہیے کہ وہ بچوں کی پسند ناپسند کا خیال رکھیں۔“

ہم نے عبدالرؤف ہاشمی صاحب کی توجہ ایک اہم مسئلے جوائنٹ فیملی سسٹم (مشترکہ خاندانی نظام) کی جانب دلائی کہ نئی نسل مشترکہ خاندانی نظام کو اپنے پیروں کی زنجیر سمجھنے لگی ہے۔ آپ کا اس بارے میں کیا خیال ہے....؟

عبدالرؤف ہاشمی صاحب نے ہمارے سوال کے جواب میں کہا کہ

”جوائنٹ فیملی سسٹم میں آپس کے تعاون، خاندانی استحکام، اتفاق، استقامت اور اپنے اہل خانہ کے ساتھ چھوٹی چھوٹی خوشیاں شیئر کرنا، بڑوں کے تجربات میں چھوٹوں کی رہنمائی

کرنا وغیرہ اس کے علاوہ اس نظام کے تحت بچوں، ضعیف العمر، بیمار یا معذور افراد کی زیادہ بہتر انداز میں دیکھ بھال کی جاسکتی ہے۔ اس نظام کے تحت بزرگوں کے مفید مشوروں سے

نوجوان نسل استفادہ کر سکتی ہے، گھر میں بڑی عمر کی خواتین کے سکھاپن اور ان کی اچھی عادات نو عمر بچیوں

میں منتقل ہو سکتی ہیں۔ اس نظام کے تحت ذمہ داریوں کا بوجھ بھی بٹکا ہو سکتا ہے۔ کیونکہ بہت سی ذمہ داریاں افراد خانہ میں منقسم ہو جاتی ہیں۔ مگر جوائنٹ فیملی سسٹم کی تمام خوبیوں کے برخلاف بعض پہلوؤں پر تحفظات بھی پائے جاتے ہیں۔ اس نظام پر عموماً پہلی تنقید یہ کی جاتی ہے کہ اس ماحول میں میاں بیوی اور بچوں کی ذاتی زندگی میں پرانی سی کا تصور موجود نہیں۔ بہت سے گھروں میں ایسا بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ ایک لڑکی شادی کے بعد صرف ایک فرد (شوہر) کی خاطر اپنا خاندان، گھر بار چھوڑ کر نئی خوبصورت زندگی کے خواب آنکھوں میں سجائے

سرال میں قدم رکھتی ہے لیکن اسے اپنے شوہر کے ساتھ اس کے گھروالوں کی بھی خدمت کرنی پڑتی ہے۔ بعض گھرانوں میں تو یہ ذمہ داریاں اتنی زیادہ بڑھ جاتی ہیں کہ بہو کے پاس خود اپنے لیے، اپنے شوہر اور بچوں کے لیے بھی خاطر خواہ وقت نہیں مل پاتا۔ اس پر مستزاد یہ کہ

سرال والوں کی روک ٹوک، طے، جلی کٹی باتیں اور بعض اوقات ذہنی و جسمانی تشدد بھی برداشت کرنا پڑتا ہے۔ ان وجوہات کی بنا پر بعض نئے

جوڑے جوائنٹ فیملی سسٹم کو پاؤں کی زنجیر سمجھ کر علیحدہ زندگی گزارنے کو زیادہ پسند کرتے ہیں۔

میرے خیال میں جوائنٹ فیملی سسٹم اور انڈی پینڈنٹ فیملی سسٹم دونوں میں خرابی نہیں ہے۔ خرابی

ہے تو صرف ہماری سوچ میں....! اللہ تعالیٰ فتنہ، فساد اور جھگڑے کو ناپسند فرماتے ہیں، جھگڑوں اور فساد کو ختم کرنے کا راز ایثار و قربانی، اخلاص و محبت میں پوشیدہ ہے۔ ایسے تمام گھرانے جہاں افراد خانہ کے درمیان دوسروں پر حاوی رہنے، اپنی من مانی کرنے، حد بدگمانی، دوسروں کی برائیوں کو ٹوہ لگانے کی غیر اخلاقی عادات موجود ہوں وہ چاہے کوئی بھی گھریلو نظام ہو وہاں اعلیٰ انسانی قدروں کا پینا مشکل ہے۔“

موجودہ ترقی یافتہ دور کا انسان اور خصوصاً نوجوان بے سکونی میں مبتلا دکھائی دیتا ہے۔ اس کی کیا وجوہات ہیں....؟

ہمارے سوال پر عبدالرؤف ہاشمی صاحب کچھ دیر خاموش رہے۔ پھر بولے ”جتنا ہم اپنی ضروریات زندگی کو بڑھاتے جاتے ہیں اتنا ہی دنیا میں

مصرف ہوتے جاتے ہیں اور سارا وقت صرف دنیا ہی کے لیے مختص کر دیتے ہیں۔ آج کے انسان کی بے سکونی کی اصل وجہ یہ ہے کہ وہ دنیا میں بہت زیادہ عیش و نشاط سے رہنا چاہتا ہے اور اس کی ساری دوڑ دوپ دنیا کے لیے ہوتی ہے۔

جبکہ یہ حقیقت ہے کہ ہماری زندگی ناپائیدار ہے پتہ نہیں کب زندگی کی یہ مہلت ختم ہو جائے۔“

ہم نے آخر میں چند سوالات ان کی ذاتی زندگی کے

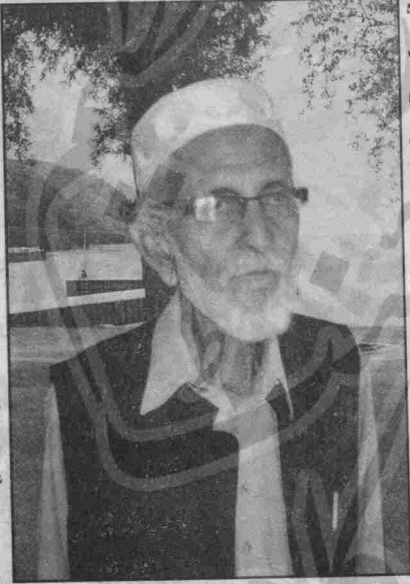
متعلق پوچھے۔ ”آپ کھانے کے کس حد تک شوقین ہیں۔ پسند کا کھانا کھاتے ہیں یا جو مل جائے....؟“

عبدالرؤف ہاشمی صاحب نے ہمارے سوال کا جواب ہلکے سے تبسم کے ساتھ دیا کہ ”دیکھیے! اللہ تعالیٰ کی نعمتوں میں سے جو بھی مل جائے کھا لیتا ہوں۔ مگر اس بات کا خاص دھیان رکھتا ہوں کہ وہ چیز صحت کے لیے نقصان دہ نہ ہو۔“

”بے وقت دوستوں یا مہمانوں کے آنے پر کیا رد عمل ہوتا ہے....؟“

”دیکھیے! مہمان اللہ کی رحمت ہوتے ہیں ان کا خوش دلی سے استقبال کرتا ہوں اور خاطر مدارت میں کوئی کمی نہیں آنے دیتا۔“

رنگ اور لباس کے بارے میں عبدالرؤف ہاشمی



صاحب کا کہنا ہے کہ:

”مجھے سفید رنگ بہت پسند ہے لباس میں سفید شلوار قمیض شوق سے پہنتا ہوں۔“

پسندیدہ کتابوں کے حوالے سے عبدالرؤف ہاشمی صاحب کا کہنا ہے کہ سلسلہ عظیمیہ کی کتابیں میرے زیر مطالعہ رہتی ہیں، اس کے علاوہ میں زیادہ تر سائنسی موضوعات کی کتابیں پڑھتا ہوں۔ کھیلوں میں مجھے فٹ بال اور ہاکی پسند ہیں۔“



اللہ

کی تجلی کا دیدار کیجیے

روئے جو حاصل زندگی کی عمومی خواہشات کا ترک ہیں۔ حواس کو جلا دیئے ہیں اور حواس کو ایک نقطہ پر مجتمع کرتے ہیں۔ عام طور پر یہ مشہور ہے کہ حواس پانچ ہیں لیکن ایسا نہیں ہے۔ حواس بہت زیادہ ہیں۔ پانچ ظاہری حواس کے علاوہ پورے میں اور بہت سے حواس ہیں جو ”ترک“ سے مختلف ہوتے ہیں۔ ظاہری حواس اور ظاہری اعمال و خواہشات کا ترک انسان کو خود سے قریب کر دیتا ہے۔ جب ہم اجتماعی ترک پر ہوتے ہیں یعنی کم ہوتے ہیں، کم کھاتے ہیں، کم سوچتے ہیں وغیرہ تو کم سوچنے سے آپ کی فکر کا حلقہ تنگ نہ رہتا ہے ایک روشنی آپ کے دماغ میں دل اور سینہ میں پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ روشنی اس روشنی سے الگ ہے جو ظاہری حواس میں کام کرتی ہے۔ یہ روشنی آپ کی فکر میں داخل ہوتی ہے جس کے ذریعہ آپ بہت سی باتیں جو مستقل میں ہونے والی ہیں دیکھ لیتے ہیں۔ کانوں سے سُن لیتے ہیں اور دماغ سے ان چیزوں کو سمجھنے کے لئے غلبہ حاصل کر لیتے ہیں۔

خواہشیں اللہ تعالیٰ

یہ آیت مختصر

ہمیں اس فکر کی دعوت دیتی ہے کہ خدایا قرآن کے سلسلہ میں مصطفیٰ کا تذکرہ کیوں کیا گیا ہے؟ جبکہ وہی

ترجمہ: مصطفیٰ جس میں تامل ہوا قرآن جس میں ہدایت ہے لوگوں کے واسطے اور اللہ پالتے کلی نکات ہیں۔ (القرآن)

اگست ۲۰۱۲ء

رمضان کے علاوہ بھی نازل ہوتی رہی ہے۔ یہ تلاش کرنا بھی ضروری ہے کہ رمضان المبارک اور عام دنوں میں کیا فرق ہے اور اور رمضان میں انسانی تصورات اور احساسات میں کیا تبدیلی رونما ہو جاتی ہے؟ رمضان المبارک سے متعلق اس موضوع میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

ترجمہ: اور جب تجھ سے پوچھیں بندے میرے مجھ کو تو میں نزدیک ہوں۔ پہنچتا ہوں پکارتے کی پکار کو جس وقت مجھ کو پکار تا ہے۔

آیت کریمہ ہمیں بتاتی ہے کہ بندہ اور اللہ کے درمیان کسی قسم کا کوئی فاصلہ حاصل نہیں ہے۔ قرآن کے ارشاد کے مطابق کائنات میں ہر موجود شے دو رُخ پر قائم ہے۔ ومن کل شیء خلقنا زوجین لعلکم تدون ترجمہ: اور ہر چیز کے بنائے ہم نے جوڑے تاکہ تم دھیان کرو۔

انسانی حواس کے بھی دو رُخ ہیں۔ ایک رُخ یہ ہے کہ انسان ہمیشہ خود کو پابند اور مقید محسوس کرتا ہے اور دوسرا رُخ وہ ہے جہاں انسان قید و بند سے آزاد ہے۔ قید و بند میں ہمارے اندر جو حواس کام کرتے ہیں وہ ہمیشہ اسفل زندگی کی طرف متوجہ رہنے پر مجبور کرتے ہیں۔ ان حواس کی ہر حرکت ہماری زندگی کو کڑی در کڑی زنجیر کی طرح پابند سلاسل کئے ہوئے ہے۔

زندگی نام ہے قاضوں کا۔ یہ قاضی ہی ہمارے اندر حواس بناتے ہیں۔ بھوک، پیاس، جنس، ایک دوسرے سے بات کرنے کی خواہش، آپس کا میل جول اور ہزاروں قسم کی دلچسپیاں یہ سب قاضے ہیں اور ان قاضوں کا دار و مدار حواس پر ہے۔ حواس اگر قاضے قبول کر لیتے ہیں تو یہ قاضے حواس کے اندر جذب ہو کر ہمیں مظاہراتی خود و خال کا طعم بخشتے ہیں۔ عام دنوں میں ہماری دلچسپیاں مظاہر کے ساتھ زیادہ رہتی ہیں۔ کھانا پینا، سونا جاکنا، آرام

کرنا، حصولِ معاش میں جدوجہد کرنا اور دنیاوی دوسرے مشاغل سب کے سب مظاہر ہیں۔

عام دنوں کے برعکس روزہ ہمیں ایسے نقطے پر لے آتا ہے جہاں سے مظاہر کی نفی شروع ہوتی ہے۔ مثلاً وقت معین تک ظاہری حواس سے توجہ ہٹا کر ذہن کو اس بات پر آمادہ کرنا کہ ظاہری حواس کے علاوہ اور بھی حواس ہمارے اندر موجود ہیں جو ہمیں آزاد دنیا (غیب کی دنیا) سے روشناس کرتے ہیں۔ روزہ زندگی میں کام کرنے والے ظاہری حواس پر ضرب لگا کر ان کو معطل کر دیتا ہے۔ بھوک پیاس پر کنٹرول، گفتگو میں احتیاط، نیند میں کمی اور چوبیس گھنٹے کی زندگی کی طرح یہ یہ کوشش کی جاتی ہے کہ مظاہر کی گرفت سے نکل کر غیب میں سفر کیا جائے۔

سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: روزے کی جزا میں ہوں۔

یعنی روزے دار کے اندر وہ حواس کام کرنے لگتے ہیں جن حواس سے انسان اللہ تعالیٰ کی تجلّی کا دیدار کر لیتا ہے۔ کائنات میں ہر ذی روح کے اندر وہ حواس کام کرتے ہیں۔

1۔ وہ حواس جو اللہ تعالیٰ سے قریب کرتے ہیں۔
2۔ وہ حواس جو اللہ تعالیٰ اور بندے کے درمیان فاصلہ بن جاتے ہیں۔

اللہ تعالیٰ سے دور کرنے والے حواس سب کے سب مظاہر ہیں اور اللہ تعالیٰ سے قریب کرنے والے حواس سب کے سب غیب ہیں۔ مظاہر میں انسان زمان و مکان میں قید ہے اور غیب میں زمانیت اور مکانیت انسان کی پابند ہے۔ جو حواس ہمیں غیب سے روشناس اور متعارف کراتے ہیں۔ قرآن پاک کی زبان میں ان کا نام ”لیل“ یعنی رات ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

ترجمہ: ہم داخل کرتے ہیں رات کو دن میں اور داخل کرتے ہیں دن کو رات میں۔

دوسری جگہ ارشاد ہے:

ترجمہ: ہم اذیت لیتے ہیں رات پر سے دن کو۔

یعنی حواس ایک ہی ہیں۔ ان میں صرف درجہ بندی ہوتی ہے۔ دن کے حواس میں زمان اور مکان کی پابندی ہے لیکن رات کے حواس میں مکانیت اور زمانیت کی پابندی نہیں ہے۔ رات کے بھی حواس غیب میں سفر کرنے کا ذریعہ بنتے ہیں اور انہی حواس سے انسان برزخِ اعراف، ملائکہ اور ملائکہ اعلیٰ کا عرفان حاصل کرتا ہے۔

حضرت موسیٰؑ کے تذکرہ میں اللہ رب العزت فرماتے ہیں:

ترجمہ: اور وعدہ کیا ہم نے موسیٰؑ سے تیس (30) رات کا اور پورا کیا ان کو دس سے تب پوری ہوئی مدت تیرے رب کی چالیس (40) رات۔

اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ ہم نے حضرت موسیٰؑ کو چالیس رات میں تورات (نبیئیں انکشافات) عطا فرمائی۔ فرمان خداوندی بہت زیادہ غور اور فکر طلب ہے۔ اللہ تعالیٰ نے یہ نہیں فرمایا کہ ہم نے چالیس (40) دن میں وعدہ پورا کیا، صرف رات کا تذکرہ فرمایا ہے۔

ظاہر ہے جب حضرت موسیٰؑ نے چالیس 40 دن اور چالیس 40 رات کو بطور پر قیام فرمایا تو اس کا مطلب یہ ہوا کہ چالیس دن اور چالیس رات حضرت موسیٰؑ پر رات کے حواس غالب رہے۔

سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کی معراج کے بارے میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

ترجمہ: پاک ذات ہے جو لے گیا اپنے بندے کو رات ہی رات ادب والی مسجد (مسجد الحرام) سے پہلی مسجد (مسجد الاقصیٰ) تک جس میں ہم نے نعمیاں رکھیں ہیں کہ دکھائیں۔ اس کو اپنی قدرت کے نعمتوں سے مستعد رکھتا۔

رات کے حواس (سوئے کی حالت) میں ہم نہ کھاتے ہیں، نہ بات کرتے ہیں اور نہ ہی ارادہ ذہن کو دنیاوی معاملات میں استعمال کرتے ہیں۔ اس کے ساتھ ساتھ مظاہراتی پابندی سے بھی آزاد ہو جاتے ہیں۔ روزے کا پروگرام ہمیں بھی عمل اختیار کرنے کا حکم دیتا ہے۔ روزے میں تقریباً وہ تمام حواس ہمارے اوپر مسلط ہو جاتے ہیں جن کا نام رات ہے۔

گفتگو میں احتیاط اور زیادہ سے زیادہ عبادت میں مصروف رہنا، بات نہ کرنے کے عمل سے قریب کرنا ہے۔ ذہن کا اس بات پر مرکوز ہو جانا کہ یہ کام ہم صرف اللہ کے لیے کر رہے ہیں ذہن کو دنیا کی طرف سے ہٹانا ہے۔ زیادہ وقت بیدار رہ کر رات (غیب) کے حواس سے قریب ہونے کی کوشش کی جاتی ہے۔

یہ وہی حواس ہیں جن کا تذکرہ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰؑ کے واقعہ میں کیا ہے۔ رمضان کا پورا مہینہ دراصل ایک پروگرام ہے۔ اس بات سے حقیق کہ انسان اپنی روح اور غیب سے متعلق ہو جائے۔

اللہ تعالیٰ نے دو پروگرام عطا کئے ہیں۔

”ایک حصول اور دوسرا ترک“

حصول کا پروگرام تو معاشیات کے اصول بتاتا ہے لیکن ترک کا پروگرام اس سے بہت بڑا ہے اور وہ ایسے اصول سکھاتا ہے جو مظاہر سے آہستہ آہستہ دور لے جاتے ہیں۔ اگرچہ انسان مظاہر میں پھنسا رہتا ہے لیکن اس کی روح آہستہ آہستہ اللہ سے قریب ہو جاتی ہے۔

یہ پروگرام بندہ کو اللہ سے اتنا قریب کر دیتا ہے جس کے بارے میں اللہ نے فرمایا ہے:

ترجمہ: میں تمہاری رگ جان سے زیادہ قریب ہوں۔ روزے جو دراصل زندگی کی عمومی خواہشات کا ترک ہیں، حواس کو جلادیتے ہیں اور حواس کو ایک نقطہ پر

جمع کرتے ہیں۔ عام طور پر یہ مشہور ہے کہ حواس پانچ ہیں لیکن ایسا نہیں ہے۔ حواس بہت زیادہ ہیں۔ پانچ ظاہری حواس کے علاوہ پردہ میں اور بہت سے حواس ہیں جو ”ترک“ سے منکشف ہوتے ہیں۔

ظاہری حواس اور ظاہری اعمال و خواہشات کا ترک انسان کو خود سے قریب کر دیتا ہے۔ جب ہم انتہائی ترک پر ہوتے ہیں یعنی کم پوالتے ہیں، کم سوتے ہیں، کم کھاتے ہیں، کم سوچتے ہیں وغیرہ وغیرہ... تو کم سوچنے سے آپ کی فکر کا محلی ہو نالازمی ہے۔ ایک روشنی آپ کے دماغ میں دل اور سینہ میں پیدا ہو جاتی ہے۔ یہ روشنی اس روشنی سے الگ ہے جو ظاہری حواس میں کام کرتی ہے۔ یہ روشنی آپ کی فکر میں راہنمائی کرتی ہے۔ باطنی حواس کو پردہ سے باہر لے آتی ہے اور ان میں تیزی پیدا کرتی ہے۔ یہی روشنی ہے جس کے ذریعے آپ بہت سی باتیں جو مستقبل میں

ہونے والی ہیں، دیکھ لیتے ہیں، کانوں سے سُن لیتے ہیں اور دماغ سے ان چیزوں کو سمجھنے کے لئے غلبہ حاصل کر لیتے ہیں۔ حدیث قدسی میں ارشاد ہے:

روزہ میرے لیے ہے، روزہ کی جزائیں ہوں۔
دراصل روزہ ہی ہمارے یہاں وہ نظام ہے ”ترک“ سے تعلق استوار کرتا ہے۔ آپ اپنا زیادہ تر زیادہ وقت عبادت میں گزارتے ہیں۔ اس دوران ہر وقت آپ کا رویہ اور بھی ترک کر دیتے ہیں۔ معاشی امور آپ کے ذہن میں نہیں ہوتا، صرف اور صرف اللہ تعالیٰ کی خوشنودی کے لئے صاف ستھری زندگی، صحیح نظام الاوقات کی حدود میں گزارتے ہیں تو وہاں اللہ خود آپ کی راہنمائی کرتا ہے۔ اللہ خود آپ کے ساتھ ہوتا ہے۔ اب آپ اس بات کا اندازہ لگائیے کہ آپ کی ہستی اسی وقت کہ ہوتی ہے اور آپ اللہ سے کتنے قریب ہوتے ہیں۔ واقعہ یہ ہے کہ صحیح ترک یعنی درست روزہ کی حالت میں آپ کی ہر تحریک اللہ کی تحریک پر رہتی ہوتی ہے۔

گفتہ او گفتہ اللہ بود!
گرچہ از خلقم عبد اللہ بود!
مولانا جلال الدین رومیؒ نے اسی حالت کے لیے یہ شعر کہا ہے۔ آپ اس کو پڑھ کر ذرا اس کی گہرائی میں جاکیں اور غور کریں۔ بار بار غور کریں، سوچیں اور بار بار سوچیں کہ یہ شعر کبوتے وقت مولانا رومیؒ پر کس قسم کی کیفیت طاری تھی۔ ایسی کیفیت محض لفظوں کے ان پچیر سے نہیں ہو سکتی بلکہ ایک حقیقت ہے جو اس قسم کے شعر کہلا دیتی ہے۔ ترک کی گہرائی پر غور کریں کہ انسان خالصتاً اللہ کے لیے چند پیسے خرچ کر کے کتنی بڑی خوشی حاصل کرتا ہے۔ وہ خوشی اس کی روح کے اندر سا جاتی ہے۔ یہ خوشی اس کے کونے کونے کو منور کر دیتی ہے۔ اس خوشی سے اس کی روح اتنی ہلکی ہو جاتی ہے کہ وہ اپنے

جسم کو بھول جاتا ہے۔
لوگوں کو یہ کہتے سنا لیا کہ یہ اس قسم کے پروگرام جس سے غیب کا انکشاف ہو صرف خاص حضرات کے لئے مخصوص ہیں۔ اگر اس قسم کے پروگرام مخصوص لوگوں کے لئے ہوتے ہیں تو ہم یہ کہتے ہیں کہ مولانا رومیؒ کی بیوی تھیں، بچے تھے، وہ حدیث کا درس بھی دیتے تھے۔ کوئی یہ کہہ سکتا ہے وہ کپڑے نہیں پہنتے تھے۔ وہ مجذوب تھے یا ہوش میں نہیں تھے۔ ایسا نہیں ہے وہ اسی طرح زندگی گزارتے جس طرح ایک عام آدمی زندگی بسر کرتا ہے۔ فرق یہ ہے کہ وہ ترک کی لذت سے آشنا تھے اور ہم ترک کی لذت سے آشنا نہیں ہیں۔ کیا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ہر امتی کے لیے یہ ممکن نہیں ہے جو مولانا رومیؒ کے لئے ممکن ہوا۔ یقیناً ہم سب کے لیے یہ ترک ممکن ہے لیکن ہم غفلت میں ہیں۔

قرآن پاک نے جس رات کانام ”لیلیۃ القدر“ رکھا ہے وہ دراصل ترک کا پروگرام ہے جو پورے رمضان شریف میں تکمیل پاتا ہے۔ اسی لیے اللہ تعالیٰ نے فرمایا ہے.... روزہ میرے لیے ہے۔ روزہ کی جزا میں خود ہوں.... رمضان کا پورا مہینہ دراصل ایک پروگرام ہے۔ اس بات سے متعلق کہ انسان اپنی روح اور غیب سے متعارف ہو جائے۔

اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا ہے:
ترجمہ: ہم نے یہ اتارنا شب قدر میں۔ اور ٹوکنا یو جھا کیا ہے شب قدر۔ شب قدر بہتر ہے ہزار مہینوں سے۔ اترتے ہیں فرشتے اور روح اس میں اپنے رب کے حکم سے، ہر کام پر۔ لہذا یہ وہ رات صبح کے نکلنے تک۔ اللہ کے فرمان کے مطابق لیلیۃ القدر ایک ہزار مہینوں کے دن اور رات کے حواس سے افضل ہے۔ اس کو سمجھنے کے لیے ہم اس طرح کہہ سکتے ہیں کہ رات کے

حواس کی رفتار اس رات میں (جو بہتر ہے ہزار مہینوں سے) ساٹھ ہزار گنا بڑھ جاتی ہے۔ کیونکہ ایک ہزار مہینوں میں تیس ہزار دن اور تیس ہزار راتیں ہوتی ہیں۔

شب قدر کا اجتماعی پروگرام
رمضان المبارک میں سحر اور افطار پوری قوم ایک ساتھ کرتی ہے۔ رمضان میں اجتماعی پروگرام کرنے سے انوار و تجلیات کا نزول زیادہ ہوتا ہے اور بارگاہ الہی میں اجتماعی دعائیں جلدی قبول ہوتی ہیں۔ شب بیداری کرنے سے پہلے غسل کر کے صاف ستھرا لباس پہنیں۔ سفید لباس زیادہ مناسب ہے۔ عمدہ قسم کی خوشبو لگائیں۔ گھر میں، ہال میں یا مسجد میں جہاں لوگ جمع ہوں اگر جتنی، لوبان یا بخور جلا لیں۔ صفائی کا خاص اہتمام کیا جائے۔ دنیاداری کی باتیں نہ کریں۔ صرف عبادت میں دل لگائیں۔ بعد نماز ترویح درودِ خضریٰ۔ 333 مرتبہ

صَلَّى اللّٰهُ تَعَالٰی عَلٰی حَبِیْبِہٖ مُحَمَّدٍ وَّآلِہٖ وَسَلَّمَ
کلمہ طیبہ۔ 333 مرتبہ
لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ
یاسعی یا قیوم۔ 333 مرتبہ
سورہ یٰسین۔ ایک مرتبہ
سورہ رحمن۔ ایک مرتبہ
یاسلام۔ 300 مرتبہ

یاسعی یا قیوم کثرت سے پڑھتے رہیں اور اس کے بعد دوبارہ وضو کر لیں تاکہ تازہ دم ہو جائیں۔
صلوٰۃ تہجد۔ 2 بچے شب
توکیب صلوٰۃ تہجد: گل بارہ رکعت۔ دودو رکعت کی نیت باندھ کر پڑھیں۔ پہلی رکعت میں الحمد شریف (سورہ فاتحہ) کے بعد ایک دفعہ سورہ القدر پڑھیں۔ دوسری رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد دو دفعہ سورہ القدر پڑھیں۔ پھر تیسری رکعت میں تین دفعہ سورہ القدر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کی کتاب

نظرِ بد اور شہر سے حفاظت



اس کتاب میں جنات کی حقیقت اور انسانوں کے ساتھ جنات کے رابطوں اور تعلقات کا تذکرہ بھی شامل ہے۔

اپنے قریبی بک اسٹال سے طلب فرمائیں یا براہ راست منگوانے کے لیے رابطہ کیجیے۔

021-36606329

عقل حیران ہے...!

سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی

موجودہ دور میں انسان سائنس ترقی کی بدولت
کئی نظام سے روشناس ہو چکا ہے، سمندر کی
تہ اور پہاڑوں کی چوٹیوں پر کامیابی کے جھنڈے گاڑ رہا
ہے۔ زمین کے بطن میں اور ستاروں سے آگے نئے
جہازوں کی تلاش کے منصوبے بنا رہا ہے۔ یوں تو
سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق
کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی
بہت سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ
نہیں اٹھایا جا سکا ہے۔ آج بھی اس کو ارض پر
بہت سے واقعات رونما ہوتے ہیں اور کئی آثار
ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے
لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں اور جن کے
متعلق سائنس سوالیہ نشان بنی ہوئی ہے۔

پڑھیں۔ یعنی ہر رکعت میں سورۃ القدر کی تعداد پڑھاتے
جائیں۔ اسی طرح بارہویں رکعت میں بارہ مرتبہ
سورۃ القدر پڑھیں۔
ہر چار رکعت مکمل کرنے کے بعد گیارہ مرتبہ
درود خضری پڑھیں۔

12 رکعت مکمل ہونے پر یہ دعا مانگیں:
اللّٰهُمَّ اَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ وَالنِّكَ
يُوجِعُ السَّلَامُ حَيَاتَنَا وَبَنَاتِنَا بِالسَّلَامِ وَ اَدْخِلْنَا
دَارَ السَّلَامِ تَبَارَكَتْ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ يَا ذِي
الْجَلَالِ وَالْاِڪْرَامِ

دعا کے بعد درود ابراہیمی پڑھیں۔ (یہ درود نماز میں
پڑھا جاتا ہے)

پھر چاروں قل شریف (سورۃ الکافرون،
سورۃ اخلاص، سورۃ الفلق، سورۃ الناس) پڑھیں۔

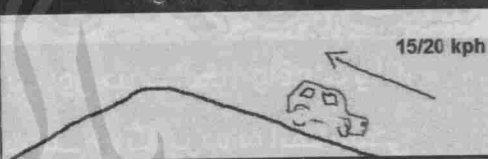
اس کے بعد سورۃ بقرہ کی آخری آیات مبارکہ
پڑھیں اللہ مافی السموات وما فی الارض.... انت
مولنا فانصرنا علی القوم الکفرین O

اب یہ دعا پڑھیں
اللّٰهُمَّ اِنَّا نَسْتَعِيْذُ بِكَ اِيْمَانًا مُّسْتَقِيْمًا
وَفَضْلًا دَائِمًا وَنَظَرًا رَّحْمَةً وَعَقْلًا كَامِلًا وَعِلْمًا نَّافِعًا
فِعَالًا وَقَلْبًا مُّتَوَرًّا وَتَوْفِيقًا اِحْسَانًا وَصَبْرًا جَبِيْنًا
وَاَجْرًا عَظِيْمًا وَلِسَانًا ذَاكِرًا اَوْبَرًا صَابِرًا وَرِزْقًا

سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے رمضان المبارک کے آخری دو عشروں میں بھوک
پیماس اور نیند کے حواس کو کنٹرول کرنے کے لیے ایک پروگرام ترتیب دیا ہے۔ اس پروگرام پر عمل کرنے سے آپ
کے ذہن کی رفتار ساٹھ ہزار گنا ہو جائے گی۔ پروگرام کی کامیابی کے نتیجے میں اللہ کے فضل و کرم اور سیدنا حضور علیہ
الصلوٰۃ والسلام کے طفیل اللہ تعالیٰ کی کئی کاویاں ہو جاتی ہیں اور دعائیں مقبول بارگاہ ہو جاتی ہیں۔ اس پروگرام میں
حصہ لینے کے لیے خواہشمند حضرات مرکزی مراکز، علاقائی مراکز اور سرکاری اداروں سے رابطہ کریں۔

کیا آپ نے کبھی اپنی چڑھائی کی جانب پہنچنے، یا کسی شے کو ڈھلوان کی بجائے چڑھائی کی جانب لڑھکتے دیکھا ہے؟ دنیا کے کئی مقامات ایسے ہیں جہاں کھڑا نقل کم ہو جاتی ہے اور بعض انسانوں میں بھی یہ صلاحیت دیکھی گئی ہے!

مگنیٹک ہل Magnetic Hill



وادی بیضاء۔ مدینہ المنورہ، سعودی عرب



میگنیک ہل۔ کارگل سرینگرہائی وے۔ لداخ، انڈیا



سگینٹک ہل۔ اور روزو، جنوبی آسٹریلیا

مشہور سائنسدان آئزک نیوٹن پہلا شخص تھا جس نے سترھویں صدی میں درخت سے سیب گرتے ہوئے دیکھا تو یہ خیال پیش کیا کہ زمین کے اندر ایسی قوت ہے جو چیزوں کو اپنی طرف کھینچتی ہے، اس قوت کو کشش ثقل کا نام دیا گیا۔ سائنسدان کہتے ہیں کہ کشش ثقل، وہ قوت ہے جس سے کیت رکھنے والے تمام اجسام ایک دوسرے کو اپنی طرف کھینچتی ہیں عام مفہوم میں یہ وہ قوت ہے جس سے زمین تمام اجسام کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔

عام زندگی میں اس قوت کا احساس ہمیں کسی چیز کے وزن کی صورت میں ہوتا ہے۔ سائنسدانوں کے مطابق کسی جسم میں موجود مادے کی مقدار کو اس کی کیت کہتے ہیں جبکہ وزن سے مراد وہ قوت ہے، جس سے زمین کسی مادی شے کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ اصل میں زمین پر گرنے والے اجسام زمین کی کشش کی وجہ سے گرتے ہیں۔ زمین کی کیت اس پر گرنے والی اشیاء کی نسبت بہت زیادہ ہوتی ہے اس لیے اشیاء کو زمین اپنی طرف کھینچتی ہے اور اس کشش کو ہم کشش ثقل کہتے ہیں۔

جیسے جیسے ہم زمین کے مرکز سے دور ہوں تو وزن کم ہوتا جاتا ہے۔ اس لیے ایک ہی شے کا وزن دو مقامات پر مختلف ہو سکتا ہے، چنانچہ کبھی کسی شے کا سطح سمندر پر کہا گیا وزن،

اگر کسی بلند عملات میں نصب لفٹ تھے جانا شروع کرتی ہے تو لفٹ میں موجود ہر چیز کا وزن کم ہو جاتا ہے مگر لفٹ رکنے لگتی ہے تو وزن بڑھنے لگتا ہے.....!

اسی طرح یہ کہا جاتا ہے کہ زمین کی طرح کائنات میں موجود سیاروں اور ستاروں کے درمیان بھی کشش قوت ہے، اسی لیے سب اپنے مدار پر گردش کر رہے ہیں۔ مثلاً چاند زمین کے گرد کشش کی وجہ سے حرکت کر رہا ہے اسی طرح نظام شمسی کے تمام سیارے بھی سورج کے گرد اسی بندھن سے بندھے ہیں۔ مگر دوسری جانب سائنسدان یہ بھی کہتے ہیں کہ زمین سے چاند کی طرف جانے والے راکٹ زمین کے مدار سے نکلنے ہی کے لیے وزن ہو جاتا ہے اور چیزیں محاذ ہوتی ہیں۔

سوال یہ ہے کہ پھر کشش کہاں چلی گئی....؟

اسی طرح سورج اور سیارگان شمسی کے درمیان بھی بے وزنی کا لامحدود خلا موجود ہے تو پھر ان کی کشش کہاں گئی.....؟

اس کے علاوہ بھی بہت سی باتیں وضاحت طلب
 ہیں۔ برطانیہ کے ادارے برٹش جیولوجیکل سروے نے
 چالیس سال کی محنت کے بعد پورے برطانیہ کا نقشہ نقشہ بنایا
 تو یہ حیران کن انکشاف ہوا کہ برطانیہ کے کئی خطوں میں
 کشش ثقل میں فرق پایا جاتا ہے۔ اس سے ثابت ہوتا ہے
 کہ کشش ثقل کے متعلق حتیٰ معلومات سائنسدانوں کے
 پاس موجود نہیں۔

کرہ ارض پر ہی کچھ جگہیں ایسی بھی ہیں جہاں
Gravty anomalies کشش ثقل کے بے ضابطگی
پائی جاتی ہے۔ ارضیات دان ابھی تک اس کی وجہ معلوم
نہیں کر سکے ہیں۔

حج و عمرہ کے لیے سعودی عرب جانے والے اکثر

اگست ۲۰۱۲ء

STOP HERE

- TURN IGNITION OFF
- SELECT NEUTRAL
- BRAKES OFF

PLASTIC AND ALUMINUM CASES FOR YOUR RECORDS

SPARK HILL

STOP CAR ON WHITE LINE, PLACE IN NEUTRAL,
AND LET IT ROLL BACK.

اور ورڈ (آسٹریلیا)، لڈاخ (انڈیا) اور فلوریڈا (امریکہ) میں موجود میگنٹک بل برساہوں کے لیے لکھی گئی ہدایات!

زائرین اس بات سے واقف ہوں گے کہ مدینۃ المنورہ سے تقریباً 35 کلومیٹر فاصلہ پر ایک وادی ہے، جو وادی بیضاء اور وادی بیداء کے نام سے مشہور ہے۔ لوگ اسے جنوں کی وادی بھی کہتے ہیں۔ اسے یہ نام دینے کی وجہ دراصل اس وادی کی عجیب و غریب خصوصیت ہے۔ اس وادی میں موجود ایک سڑک پر گاڑی چڑھائی کی جانب خود بخود 20 سے 60 کلومیٹر کی رفتار سے چلتی ہے۔ بس گاڑی کو بغیر ریس کے نیوٹرل کر کے چھوڑ دیں۔ یہی نہیں اسی وادی میں اگر سڑک پر تھوڑا پانی بھی گرا دیا جائے تو اس کا زرخ چڑھائی کی جانب ہوتا ہے۔ بعض لوگ اسے جنت سے وابستہ کرتے ہیں، بعض لوگوں کے خیال میں یہ مقناطیست ہے یا پھر کشش ثقل کی کمی کی وجہ سے ہوتا ہے اور کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ یہ صرف نظر والو کا دھوکہ ہے۔

خالہ سالہ

بادشاہ نے خزانے سے بچے قیمتی

موتیوں سے ہماری ایک پوری
منگوائی۔ وہ بھی خالی ہو گئی۔ اب کی بار
بادشاہ کا چہرہ سرخ ہو گیا۔

جب سب ختم ہوئے لگا تو بادشاہ کے چہرے پر
بے بسی جھلنے لگی۔ شکست خوردگی کے عالم میں اس
نے آگے بڑھ کر قصیر کا ہاتھ تھام لیا۔ نظریں جھکا کر اس
نے معافی مانگی، اپنی شکست کا اعتراف کیا اور گویا ہوا:

”اے مرد درویش تم جیسے اور میں ہمارے میں تمہاری خواہش نہیں پوری کر سکا۔ مگر
خدا ارادہ تو بتاؤ کہ یہ خیال کس چیز سے بنا ہوا ہے۔۔۔۔۔؟“

قصیر نے جواب میں ایک قہقہہ لگایا۔
(ویسے داستانوں اور کہانیوں میں تجھ نے کروار قصیر
کیوں لگایا کرتے ہیں۔۔۔۔۔؟)

بادشاہ نے قدرے سختی سے پوچھا اس میں
مکرانے والی کیا بات ہے، اپنی خواہش بتاؤ میں
تمہیں ابھی مالا مال کر دوں گا۔

قصیر نے کہا اے اس سلطنت
کے بادشاہ! پیشکش تو آپ یوں کر رہے ہیں، جیسے
سب کچھ پر قادر ہوں۔ کیا آپ میری ہر خواہش پوری
کر سکتے ہیں۔۔۔۔۔؟

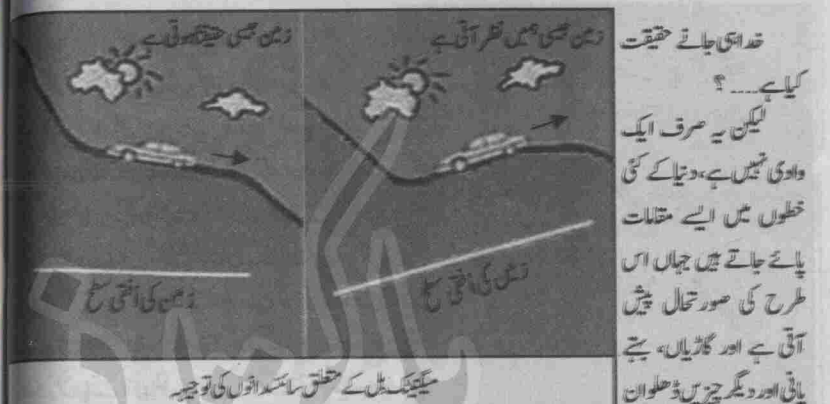
بادشاہ نے اب پر بھی سے کہا
”بے شک میں تمہاری ہر بات پوری کر سکتا ہوں۔
تو بہت طاقتور بادشاہ ہوں، تمہاری کوئی خواہش ایسی
نہیں، جو میں پوری نہ کر پاؤں۔“
قصیر نے اپنی جھولی سے ایک بھیکہ سا ننگے والا کھنکول
نکالا اور کہا اگر آپ کو اپنی دولت پر اتنا ہی تانا ہے تو اس

کہتے ہیں کسی سلطنت کا ایک بادشاہ تھکا ہوا طاقتور،
مریاد اور شان و شوکت والا۔ اپنی تنظیم و شان سلطنت،
سونا، گھنٹی، زمیں اور دروہاہر کے خزانوں پر اسے بڑا تانا
تھکا برسوں کی محنت سے اس نے اپنے
اقتدار کو اس قدر مضبوط کر دیا تھا کہ اسے
کسی دشمن کا خطرہ بھی نہ رہا۔ ایک روز وہ اپنے
دارالحکومت میں گشت کے لیے نکلا۔ وزیر اور کچھ
درباروں کے ساتھ محافظوں کا دستہ بھی ساتھ تھا۔ بادشاہ
کو شہر کا چکر لگانا بڑا مرغوب تھا۔ شان و شوکت کے
مظاہرے کے ساتھ ساتھ کچھ فریادوں

کی دوا کی کاموقع بھی مل جاتا۔ ایک روز
واپسی پر محل کے قریب اسے ایک قصیر نظر آیا۔ پرانے
کپڑوں میں ملبوس قصیر ایک سائیل پر بے نیلہ بیٹھا تھا۔
بادشاہ نے ترم لہجے میں دریافت کیا:
”اپنی کوئی ضرورت بتاؤ، تاکہ میں اسے
پوری کر سکوں۔“

پہچان کلام

عناصر خاکوانی



کی بجائے چڑھائی کی جانب چڑھنے لگتی ہیں۔
دنیا بھر کے لوگ ان مقامات کو مختلف نام دیتے
ہیں۔۔۔۔۔ اسے جنت اور جوتوں کی کارستانی سمجھنے والے
اسے اسپوکی ہل Spooky Hill کہتے ہیں، جو لوگ اسے
مقامطبی میدان کی طرح سمجھتے ہیں وہ اسے میگنٹک ہل
Magnetic Hills کہتے ہیں اور کشش ثقل کی
بے ضابطگی ماننے والے لوگ ان مقامات کو گریوٹی ہل
Gravity Hills کے نام سے پکارتے ہیں۔
دنیا بھر میں اب تک اس طرح کے 80 مقامات
دریافت ہو چکے ہیں جو جنوبی آسٹریلیا، نیوساؤتھ ویلز،
برازیل، کینیڈا، چین، فرانس، جرمنی، آئرلینڈ، انڈونیشیا،
اٹلی، کوریلیا، ملائیشیا، میکسیکو، عمان، فلپائن، پرنگال، رومانیہ،
گوسٹا، انگلیڈ، اسکاٹ لینڈ، امریکہ کی مختلف ریاستوں
کے علاوہ بھارت میں بھی موجود ہیں۔ ان مقامات پر بڑی
تعداد میں سیاح آتے ہیں اور زمین کی اس عجیب و غریب
چکر اڑانے والی کیفیت سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔
ان مقامات پر تحقیق کرنے والے سائنسدان اسے نہ
تو کشش ثقل میں بے ضابطگی سمجھتے ہیں، نہ مقامطبی
اثرات اور نہ ہی جنت کی کارستانی۔۔۔۔۔! سائنسدانوں کا کہنا
ہے کہ میگنٹک ہل جیسے مقامات محض ہماری نظروں کا

پیالے کو بھر دیجیے۔ بادشاہ نے حیرت سے مشکوٰی کو دیکھا۔ وہ سیارہ نگ کا عام سا ایک لکڑی کا پیالہ تھا۔ اس نے اشارے سے اپنے وزیر کو بلا دیا اور تخت سے حکم دیا، ”اس پیالے کو سونے کی اشرفیوں سے بھر دو، یہ فقیر بھی یاد کرے گا کہ کس فیاض اور سخاوتی بادشاہ سے سوال کیا تھا۔“

وزیر نے خاموشی سے حکم کی تعمیل کی۔ اس نے کمر سے بندھی اشرفیوں کی تھیلی کھولی اور پیالے میں خالی کر دی۔ کھٹکھٹانے کے پیالے میں گرے اور فوراً غائب ہو گئے۔ وزیر نے حیرت سے پیالے میں جھانکا، ایک اور تھیلی کھولی اور اسے بھی پیالے میں ڈال دیا۔ اس بار بھی سکے غائب ہو گئے۔ بادشاہ کے اشارے پر وزیر نے سپاہیوں کو بھیجا کہ محل میں رکھی اشرفیوں کی کچھ تھیلیاں لے آئے۔ مگر پیالہ دیسے کا دیرپائی خالی رہا۔ یہ ماجرا دیکھ کر بادشاہ نے خزانے سے سچے قیمتی موتیوں سے بھری ایک بوری منگوائی۔ وہ بھی خالی ہو گئی۔ اب کی بار بادشاہ کا چہرہ سرخ ہو گیا۔ اس نے ضدی لہجے میں وزیر سے کہا اور بوریاں منگواد، جو کچھ بھی ہے۔ اس پیالے میں ڈال دو اسے ہر حال میں بھرنا چاہیے۔ وزیر نے حکم کی تعمیل کی۔ اس اثناء میں دوپہر ہو گئی۔ تمام ترکو ششوں کے باوجود پیالہ بدستور خالی رہتا۔ آخر شام ہونے لگی۔ جب سب ختم ہونے لگا تو بادشاہ کے چہرے پر بے بسی جھلکنے لگی۔ شکست خوردگی کے عالم میں اس نے آگے بڑھ کر فقیر کا ہاتھ تھام لیا۔ نظریں جھکا کر اس نے معافی مانگی، اپنی شکست کا اعتراف کیا اور گویا ہوا:

”اے مرد درویش تم جیتے اور میں ہار۔ میں تمہاری خواہش نہیں پوری کر سکا، مگر خدا را یہ تو بتاؤ کہ یہ پیالہ کس چیز سے بنا ہوا ہے....؟“

راز کی بات نہیں ہے۔ یہ پیالہ انسانی خواہشات سے بنا ہے۔ انسان کی خواہشات کبھی پوری نہیں ہو سکتیں، جتنا چاہو ڈال دو، خواہشوں اور تمنائوں کا پیالہ ہمیشہ خالی رہتا ہے، ہمیشہ مزید کی طلب میں کھارہتا ہے۔“

یہ حکایات دنیا کی مختلف زبانوں میں ملتی ہیں۔ تھوڑی بہت تبدیلی کے ساتھ بہت سی ایسی حکایتیں ہیں، جو ہندی، چینی، عربی اور افریقی لوگ دانش میں پائی جاتی ہیں۔ لغتی صداقت نہ بھی ہو، معنوی سچائی اس میں لازمی پائی جاتی ہے۔

یہ حقیقت ہے کہ پوری تاریخ انسانی میں برپا ہونے والے بے شمار مسائل اور خرابیوں کی وجہ خواہشات اور تمنائوں کا بھی ختم نہ ہونے والا سلسلہ ہی ہے۔ ہزاروں برسوں سے درویش اور صوفی حراج وانشور یہی نقطہ سمجھاتے آئے ہیں کہ انسان کو جو میسر ہو جائے، اس پر مطمئن ہو جائے تو اس کی زندگی سنور جائے گی۔

”جو اپنے نصیب پر خوش ہو گیا، وہ خوش نصیب ہے۔“

اس میں ایک نقطہ سمجھنے کی ضرورت ہے کہ ایک رویہ مادی آسائشوں سے دوری اور بے نیازی کا ہے۔ زندگی میں کچھ حد تک یہ سوچ بھی شامل ہونی چاہیے، تاہم یہ بھی یاد رہے کہ انسان کے لیے خوش حال ہونے، دولت کمانے اور ممنوع چیزوں سے بچنے ہونے آگے بڑھنے، ترقی کرنے پر کوئی پابندی نہیں۔ یہ البتہ سمجھ لینا چاہیے کہ ہر چیز کی کوئی حد ہوتی ہے اور کہیں نہ کہیں جا کر آدمی کو رکنا ہی پڑتا ہے۔ پھر جتنے زیادہ مسائل ہوں، ان کی جواب طلبی اور احتساب بھی اتنا ہی سخت ہو گا، اس لیے یہ کمانے سے زیادہ مشکل کام اس پیسے کا ذمہ دار استعمال ہے۔

حضرت علیؑ نے منسوب ایک مشہور قول ہے

”جس چیز (مال) کے حرام استعمال پر سزا اور حلال استعمال پر محاسبہ ہے، اس سے دور رہنا ہی بہتر ہے۔“

آخر میں ایک دلچسپ واقعہ، جس نے مجھے متاثر بھی بہت کیا اور اس کے انجام کا جب خیال آتا ہے تو بے اختیار لبوں پر مسکراہٹ آ جاتی ہے۔ تین دنوں میں ہاشل میں مقیم تھا، ایک دوست کے پاس اس کے جاننے والے آکر ٹھہرے۔ موصوف کسی سرکاری محکمے میں مناسب عہدے پر فائز تھے۔ ایک رات ہم ہاشل میں کھانا کھا رہے تھے۔ چکن قورمہ کی ڈش بنی تھی۔ ویٹر نے سرو کیا، ہمارے مہمان کی ڈش میں زیادہ اچھی قسم کی بوٹی نہیں تھی، دوست نے ویٹر کو بلا کر کہا کہ اسے تبدیل کر کے لاؤ۔ ہمیں حیرت ہوئی، جب ان صاحب نے ویٹر کو پلیٹ اٹھانے سے روک دیا۔

ہم نے وجہ پوچھی تو وہ کہنے لگے، میں سمجھتا ہوں کہ یہی میرا نصیب تھا، مجھے اسی پر اکتفا کرنا چاہیے۔ بعد میں کھانے کے دوران روٹی اگر ٹھنڈی بھی آگئی تو انہوں نے صبر شکر سے کسی احتجاج کے بغیر وہ کھالی۔ یہ رویہ مجھے حیران کن لگا۔ بعد میں رات کو ان سے اس موضوع پر گفتگو ہوئی تو ان کے خیالات جان کر خود اپنی سوچ تبدیل ہوئی۔ وہ کہنے لگے:

”انسانی خواہشات لامحدود ہیں، مگر وسائل محدود۔ اس لیے خوب سے خوب تر کی تلاش اکثر دکھ اور پریشانی ہی دیتی ہے۔ انسان جتنا امیر ہو جائے، دنیا کا امیر ترین انسان بننا اس کے لیے مشکل نہیں ہوتا کہ دولت جمع کرنے کی دوڑ تو کبھی ختم نہیں ہو سکتی۔ ہم چاہتے ہیں کہ شہر کی خوبصورت ترین لڑکی سے شادی کریں، ایسا ہو بھی جائے تو پھر بھی دنیا میں اس سے حسین خواتین موجود ہوتی ہیں۔ اس لیے جو مل جائے، اسی پر خوش اور مطمئن ہونا چاہیے۔“

یہ درویشانہ خیالات سن کر بڑا اچھا لگا۔ ان کے حوصلے اور راضی برضائی کیفیت پر رشک بھی آیا۔ کچھ عرصے بعد ہاشل چھوڑنا پڑ گیا۔ چند سال بعد انہی دوست سے دوبارہ ملاقات ہوئی۔ گپ شپ ہوتی رہی، اچانک خیال آیا تو ان صاحب کے بارے میں پوچھا۔ دوست نے مسکرا کر جواب دیا، وہ آج کل جیل میں ہیں۔ حیرت سے میں نے وجہ پوچھی تو معلوم ہوا کہ ان پر جعلی چیکوں کے ذریعے پیسے نکلوانے کا الزام تھا۔ سن کر یقین نہ آیا۔ پوچھا وہ نیک نفس شخص جو ہر حال میں راضی بارضار رہتا تھا، ایسی ہوس اور خواہش اس میں کیونکر پیدا ہوئی....؟

میرے دوست نے مسکرا کر جواب دیا

”انہوں نے اپنی بیوی اور چار بچوں کو چھوڑ کر ایک حسین لڑکی سے شادی کر لی۔ وسائل بڑھانے کی خواہش پیدا ہوئی۔“

خواہشات کا خالی پیالہ انہوں نے جب اٹھایا تو پھر اسے بھرنے ہی میں لگے رہے، حتیٰ کہ یہ سفر انہیں سلاخوں کے پیچھے لے گیا۔



درخت لگائیے.....
صحبت بنائیے.....
سکون پائیے.....

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”وہ کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بونے، پھر اس میں سے پرند یا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے۔“ (بخاری: مسلم)

مشہور و بہ اپنائیں

خوبصورتی نظر آئیں

دنیا بھر میں

حسن کی ہمیشہ قدر افزائی کی گئی ہے۔

چمکے نقوش، بے نقص رنگت، بڑی بڑی خوبصورت آنکھیں اور لمبے گھنے سیاہ بال.... یہ تصویر ہمارے ذہن میں اس وقت ابھرتی ہے جب کسی حسین و جمیل خاتون کا تصور کرتے ہیں۔ ایسا حسن شاذ و نادر ہی دیکھنے میں آتا ہے، اسے ہم قدرت کا عطیہ کہتے ہیں۔

آج کی دنیا میں حسن کا مفہوم تبدیل ہو چکا ہے۔ آج ہر خاتون حسین ہے اگر وہ ایک اچھی صحت کی مالک ہے۔ صحت مند رہنے اور خوبصورت دکھائی دینے کے لیے ہمیں ان مشوروں پر توجہ دینا چاہیے۔

دباؤ سے مبرا طرز زندگی:

دباؤ Stress حسن کا بدترین دشمن ہے۔ ہم میں سے

ہر کوئی کسی نہ کسی بناء پر دباؤ اور ٹینشن میں

جبتلا رہتا ہے۔ گو وقت گزرنے کے ساتھ

مسائل حل ہو جاتے ہیں۔ لیکن عام طور پر ہم سب دباؤ اور

تناؤ کی کیفیت میں رہتے ہیں جس کے

نتیجے میں ہماری جلد خشک و بے

جان ہو جاتی ہے، آنکھوں کے

نیچے سیاہ حلقے پڑ جاتے ہیں، وقت

سے پہلے جھریاں پڑنے لگتی ہیں۔

بال ہلکے ہونا شروع

ہو جاتے ہیں۔

دباؤ کی

کیفیت میں ہم

با آسانی بے قابو

اگست ۲۰۱۲

صحت اور حسن کو برقرار رکھنے کے لیے مثبت خیالات اور مثبت رویہ اپنانا بہت ضروری ہے تاکہ اندرونی جذباتی طبعیت کا بے شکاں آپ کے چہرے پر بھی چمکتی دکھائی دے۔

ہو جاتے ہیں اور جذبات پر کنٹرول کھو بیٹھتے ہیں۔ ایسی صورت حال میں ایک حسین و جمیل چہرہ بھی اپنی کشش

اور دلکشی کھو بیٹھتا ہے۔ دباؤ کی صورت

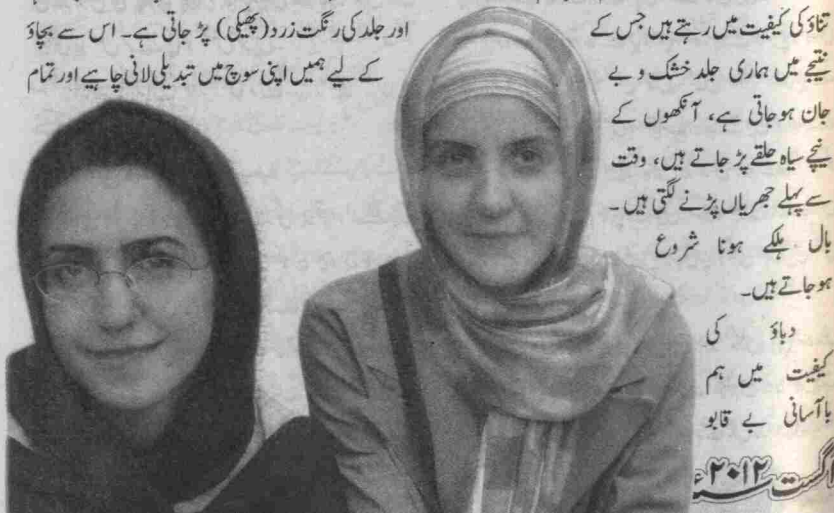
میں جلد کے اندر کی بال سے باریک

رگیں سکڑ جاتی ہیں جس سے خون کی سیلابی گھٹ جاتی ہے

اور جلد کی رنگت زرد (پھکی) پڑ جاتی ہے۔ اس سے بچاؤ

کے لیے ہمیں اپنی سوچ میں تبدیلی لانی چاہیے اور تمام

عنایا علی



منفی خیالات سے دستبردار ہو کر زندگی کے بارے میں مثبت رویے کو اپنالینا چاہیے اور اس حقیقت کو قبول کر لینا چاہیے کہ صحت اور حسن کو برقرار رکھنے کے لیے مثبت خیالات اور مثبت رویہ ضروری ہے۔

اگر آپ کے ساتھ کسی قسم کا کوئی مسئلہ ہے تو اس کے حل کے بارے میں نہایت اطمینان اور سکون کے ساتھ غور کریں۔ حل مل جائے تو مسئلہ کو فراموش کرنے کی کوشش کریں اور پرسکون ہو جائیں۔

یاد رکھیں۔۔۔! ایسا کوئی مسئلہ نہیں جس کا کوئی حل موجود نہ ہو۔ کچھ وقت اپنے شغل اور شوق کو بھی دیں۔۔۔ مصوری، باغبانی، لمبر اینڈری، ڈرامیٹک برائے تفریح اور سوشل وزٹ ان میں سے جو بھی آپ کا شغل ہو وہ بھی پورا کریں۔

اگر آپ کسی بھی وجہ سے دباؤ یا تناؤ کا شکار ہیں اور خود کو پرسکون کرنے میں کامیاب نہیں ہو رہی ہیں تو پھر کسی یو پیار میں چلی جائیں۔ اس طرح آپ کی شخصیت میں نکھار پیدا ہو گا بلکہ آپ کو ذہنی سکون بھی ملے گا جس سے آپ کی صورت و شکل میں مزید چمک دک آجائے گی۔ زندگی کی چھوٹی چھوٹی کامیابیوں اور کارناموں سے خوشی حاصل کرنے کی کوشش کریں۔

بیشہ مسکرائیں اور ہنسی رہیں۔۔۔۔۔ یہی حسن کی حقیقی نغمی ہے۔

نیند کی مناسب ترتیب

دن بھر تازہ دم رہنے اور تازگی برقرار رکھنے کے لیے ہمیں چھ سے آٹھ گھنٹے کی پرسکون نیند درکار ہوتی ہے۔ پرسکون نیند کی حالت میں ہمارے چہرے کے مسئلہ آرام کرتے ہیں اور جلد آزادی کے ساتھ سانس لیتی ہے۔ صحیح نیند نہ سونے کی صورت میں ہماری جلد خشک اور بے جان ہو جاتی ہے۔ ایک اچھی بلکہ عمدہ نیند کے لیے

آپ کو چاہیے کہ خواب گاہ میں داخل ہوتے وقت اپنی تمام پریشانیوں کو بیڈ روم کے دروازے کے باہر چھوڑ دیں۔

آپ کے کمرے کا درجہ حرارت آرام دہ ہونا چاہیے۔۔۔ نہ بہت زیادہ ٹھنڈا اور نہ بہت زیادہ گرم۔ بستر پر جانے سے قبل لیڈی دیکھنے سے گریز کریں، اس کے بجائے ہلکی اور مدہم موسیقی سنیں جو آپ کو سکون پہنچائے۔

سونے سے قبل نلکے (ہلکے سے گرم) پانی سے شاور لے لیں اور گرم دودھ کا ایک گلاس پی لیں۔ رات بھر کی پرسکون نیند کے بعد نیا دن طلوع ہونے پر آپ کی جلد جگمگاتی دکھائی دے گی۔

غذا (ڈائنٹ)

اچھی اور عمدہ صحت فوراً ہی آپ کی جلد، بالوں اور دلکش سراپے سے ظاہر ہو جائے گی۔ اس کے لیے ہمیں ایک متوازن غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایسی خوراک جو غذائیت سے بھرپور ہو۔ پروٹین ہمارے جسم کے لیے ناگزیر ہے۔ پروٹین سے بھرپور غذائیں دالیں، پنیر، موگ، پھل، خشک میوے اور سالم بچ والے اناج ہیں۔

دودھ اور دودھ سے تیار اشیاء کیکشیم سے بھرپور ہوتی ہیں۔ ان فوڈ پروڈکٹس میں ہمیں اہم معدنیات، کاربوہائیڈریٹس اور فیٹس دستیاب ہو جاتے ہیں جو ہمارے جسم کو درکار ہوتے ہیں۔ پنیر اور دہی ہمارے جسم کو ضروری غذائیت بہم پہنچاتے ہیں۔ گنے صحت مند بالوں کے لیے وٹامن بی سے بھرپور ہائی پروٹین غذائیں بھی تجویز کی جاتی ہیں۔

ڈھیروں تازہ ہری سبزیاں اور پھل بھی ہماری خوراک کا ایک بڑا حصہ ہونا چاہئیں۔ پھلوں اور سبزیوں میں موجود ریش (فائبر) درست ہاضمے میں مدد دیتا ہے جو

کہ ایک دمکتی ہوئی جلد اور گنے چپکلیے بالوں کے لیے نہایت ضروری ہے۔

صحت مند جلد کے لیے وٹامن اے لازمی ہے۔ وٹامن اے کے بہترین ذرائع ہری اور زرد سبزیاں، گاجر، پھل، مکھن اور دودھ ہیں۔ چکنائی سے بھرپور بیماری خرابی شدہ غذاؤں اور ڈیہ بند غذاؤں سے گریز کریں۔

جلد کی دیکھ بھال:

دمکتی ہوئی جلد کے بغیر کوئی میک اپ ہمیں خوبصورت بنانے میں مدد نہیں دے سکتا اور اس کے لیے ہمیں مناسب اور صحیح طور پر جلد کی دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔ ہماری جلد کی سب سے بڑی ضرورت صفائی ہے۔ صحیح اور مناسب طور پر صفائی کے بغیر ہماری جلد پچھڑے، اکنی اور بلیک ہیڈز سے بھر سکتی ہے۔

اس سے بچاؤ کے لیے اپنے چہرے کو دن میں دو یا تین مرتبہ دھوئیں اور نرم تویلے کی مدد سے تھپتھپا کر خشک کریں۔ ایک اچھے ٹونر کی مدد سے اپنی جلد کو ٹون کریں۔ اس سے جلد کے مسامات گھٹ جاتے ہیں اور جسم کو منظم رہنے میں مدد ملتی ہے۔

موکچر ائزر لگائیں جو کہ آپ نے اپنی جلد کی ٹائپ کے لحاظ سے منتخب کیا ہو۔ مناسب موکچر ائزرنگ کے بعد آپ کی جلد چمک دار اور پر شتاب دکھائی دے گی۔

رات کو بستر پر جانے سے پہلے اپنے چہرے پر سے تمام میک اپ صاف کر لیں۔ ایک عمدہ کلیننگ ملک کی مدد سے اپنا چہرہ صاف کرنے کے بعد چہرے کو ایک ہلکے موکچر ائزرنگ صابن سے دھو لیں۔

آخر میں وٹامن ای سے بھرپور کوئلہ کریم سے اپنے چہرے پر پانچ منٹ تک اوپر کی جانب اسٹروکس سے مساج کریں۔ پھر ایک گیلے کاشن کی مدد سے چہرے کو صاف کر لیں۔ اس سے جلد پر ایک جاوٹی اثر ہو گا۔

اگست ۲۰۱۲ء

جلد کسی بھی فرد کی طبعی اور جذباتی کیفیت کا آئینہ ہوتی ہے اور صحیح دیکھ بھال اور درست غذائیت سے یہ جگمگانے لگتی ہے۔

جلد کی صحت مندی اور دلکشی قائم رکھنے کے لیے اندرونی طور پر تندرست ہونا ضروری ہے۔

گو کہ ہماری جلد عجیب و غریب طور پر خود ہی صفائی کرنے والا اور خود ہی غذائیت فراہم کرنے والا عضو ہے جو کہ مستقل طور پر خود کو نیا بن عطا کرتا رہتا ہے لیکن اس کے باوجود بھی اس کی قدرتی نمی اور صاف رنگت کو برقرار رکھنے کے لیے باقاعدہ توجہ مناسب طور پر ہر ایک کو اپنی اپنی ضرورت کے مطابق ضرور دینی چاہیے۔

جلد کے خشک، چمکے، نارمل یا حساس ہونے کے رجحان کا تعین ہمارے جینز اور صرف سے کیا جاتا ہے۔ ہر ایک کی جلد منفرد ہوتی ہے اور خصوصی توجہ اور مناسب تحفظ چاہتی ہے۔

خشک جلد بے کیف، کسی ہوئی اور پتلی ہوتی ہے اور وقت سے پہلے جھریوں سے بچاؤ کے لیے اسے ڈھیروں چکنائی درکار ہوتی ہے۔ اس کے لیے بادام کا تیل شاندار رہتا ہے لیکن کوئی بھی کریم یا عام پرانی ویزلین سے بھی کام چل سکتا ہے۔

چمکی جلد کا تعلق اکثر نوجوانی سے ہوتا ہے اور اس سے مسلسل پسینہ خارج ہوتا رہتا ہے اور اس میں سے دانے پھوٹتے رہتے ہیں۔ یہ خشک جلد سے زیادہ ملائم ہوتی ہے لیکن اسے بار بار دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ یہ ریت اور گرد و غبار کے ذرات پر آسانی اٹکھا کر لیتی ہے اور پھر اس میں چکنائی بھی جمع ہوتی رہتی ہے اور مسام بند ہو جاتے ہیں۔ گرم پانی سے منہ دھونا چاہیے اور برف کی ڈلی کو چہرے پر تھپتھپاتے رہنے چاہیے۔

نارمل اسکن، لطیف، خوبصورت، خاصی چمکدار ہوتی

نیکو نیکو

نئی اور پرانی نسل کے درمیان خلا و ذمہ دار کون؟

کہتے ہیں کہ نئی اور پرانی نسل کے درمیان

فرصت نہیں۔

اکثر نوجوان بزرگوں کے مشوروں سے گھبرانے لگے ہیں، اس کی ایک وجہ تو شاید یہ ہو سکتی ہے کہ موجودہ دور میں دنیا گلوبل ویلج کی شکل اختیار کر گئی ہے اور اسی اعتبار سے نوجوان نسل کا وٹن Vision بہت بڑھ گیا ہے

اور وہ اپنے بزرگوں کے مقابلے میں زیادہ با اعتماد بھی دکھائی دیتی ہے۔ بہت سے معاملات ایسے ہوتے ہیں کہ جہاں انہیں بڑوں کے مشوروں کی ضرورت ہی محسوس نہیں ہوتی۔ لیکن اگر کوئی یہ سمجھتا ہے کہ اس کا مطلب یہ ہے کہ نوجوان اپنے

بڑوں کو خدا نخواستہ نظر انداز کر رہے ہیں یا ان کی اہمیت کو تسلیم کرنے سے انکار کر رہے ہیں تو یہ کہیں کہیں انفرادی معاملہ تو ہو سکتا ہے لیکن نوجوانوں کی اکثریت آج بھی اپنے بزرگوں کی اہمیت کو تسلیم کرتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک نوجوان کا کہنا ہے کہ فرض کریں کہ مجھ

سوچوں کا فرق ہر دور میں موجود رہا ہے اور یہی فرق نئی اور پرانی نسل کے درمیان خلا کو جنم دیتا ہے۔ کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ موجودہ دور میں یہ خلا بہت زیادہ بڑھ گیا ہے اور اس خلج میں مسلسل اضافہ ہو رہا ہے جو آئندہ چند برسوں میں شدید صورت اختیار کر سکتا ہے۔

معاشرے کے حساس لوگ نوجوانوں اور بزرگوں کے درمیان بڑھتے ہوئے اس فرق کو کسی بھی لحاظ سے مفید خیال نہیں کرتے، یہ خلج کیوں بڑھ رہی ہے....؟

اس کی ذمہ داری کس پر عائد ہوتی ہے....؟ اور ہمارے ہاں خاندانی نظام پر

اس خلج کے کیا اثرات مرتب ہوں گے....؟ اس حوالے سے لوگوں کی مختلف آراء ہیں۔ بہت سے لوگ اس ضمن میں نوجوانوں کو مورد الزام ٹھہراتے ہیں کہ ہماری نوجوان نسل کی اکثریت کے پاس اب اپنے بڑوں کے ساتھ وقت گزارنے، ان کی باتیں سننے کے لیے

بزرگوں اور نوجوانوں کے درمیان

فاصلہ بڑھ جانے کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ ہم

نے اپنے بڑوں سے خوفزدہ ہونا اور پھر اپنے

چھوٹوں کو اسی ترتیب سے خوفزدہ

کرنا سیکھ لیا ہے اور خوف

بمبش دوری کی وجہ بنتا ہے

جبکہ شوق کی منزل ہمیشہ

قربت رہی ہے۔

اگست ۲۰۱۲ء

صبح کی چہل قدمی (مارننگ واک)

روزانہ صبح آدھا گھنٹے کی چہل قدمی نہایت

فائدہ مند رہتی ہے۔ آپ کی جلد جب تازہ ہوا میں سانس

لے گی تو آپ کے چہرے پر اضافی چمک آجائے گی۔ لیکن

اگر صبح کی چہل قدمی آپ کی روشتیں (معمول) سے

مطابقت نہیں رکھتی تو پھر یہ ضروری نہیں کہ آپ صبح تن

تہا چہل قدمی کرنے نکل کھڑی ہوں۔ آپ شام کو یا پھر

رات کو کھانا کھانے سے قبل بھی چہل قدمی کر سکتی ہیں۔

جو بات اہم ہے وہ یہ کہ آپ ہفتے میں تین مرتبہ

باقاعدگی سے 20 منٹ کی چہل قدمی ضرور کریں۔ اس

سے ناصر ف آپ کو تندرست سکون آئے گی بلکہ آپ کو لہذا

ہفت روزہ برقرار رکھنے اور خود کو فٹ اور مسلم رکھنے میں

مدد ملے گی۔

اچھی صحت کے لیے ان سادہ سی ٹیپس پر عمل کریں تو

آپ بھی ایک جگمگاتے روپ، صحت مند لچکدار چیلے

پالوں اور دلکش سراپے کے ساتھ اپنے آپ کو ایک حسین

اور خوبصورت عورت بن سکتی ہیں۔



پُر امیدی سے انسان میں کرشماتی برقی رو پیدا ہوتی ہے۔

ایک تحقیقی رپورٹ میں سائنسدانوں نے یہ دلچسپ انکشاف کیا ہے کہ کسی بھی چیز کے بارے میں مثبت سوچ انسان



کے اندر ایک زبردست کرشماتی برقی رو پیدا

کر دیتی ہے۔ نیوزی لینڈ کی وکٹوریہ یونیورسٹی سے

تعلق رکھنے والے ماہرین کے مطابق کسی چیز کے

بارے میں مثبت سوچ خود حقیقت ایسا ہی عمل ہے،

جیسا کہ کوپنہاگن کے کسی کام پر لگا دیا جائے

اتہوں نے کہا کہ ہمارے معاون خیالات اور رویہ

کسی بھی چیلنج سے نمٹنے کے لیے ہمارے اندر ایک

جادو اثر برقی رو دوڑا دیتے ہیں۔

نیکان ماہنامہ

میں اگر اپنے دادا کے مقابلے میں فیصلہ کرنے کی قوت بہتر ہے تو اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ دادا کی میری نظر میں اہمیت کم ہو گئی ہے یا میں ان کی عزت نہیں کرتا ہوں۔ یہ بات واضح ہونی چاہیے کہ نوجوانوں کو اپنے طور پر فیصلے کرنا اس بات کی علامت نہیں ہے کہ وہ بڑوں سے دور ہو رہے ہیں۔ بعض گھرانوں میں ایسا ہوتا ہے کہ وہاں نئی نسل کے نوجوان اپنے بزرگوں کو اہمیت نہیں دیتے اور نہ ان کی باتوں کو قابل توجہ گردانتے ہیں۔ اس ضمن میں ایک خاتون اپنا مشاہدہ بیان کرتے ہوئے کہتی ہیں کہ میں نے کچھ گھروں میں بیٹیوں کو اپنی ماں اور دادیوں سے بحث و مباحثہ کرتے ہوئے بھی دیکھا ہے اور یہ کہتے ہوئے سنا ہے کہ انہیں کسی بات کا کوئی علم نہیں ہے، وہ کیا جانیں کہ موجودہ دور کس طرف جا رہا ہے اور یہ دقیانوسی سوچ آپ اپنے پاس ہی رکھیں وغیرہ وغیرہ۔

لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ بعض گھروں میں بڑے واقعی صحیح صورت حال کا ادراک نہیں کر پاتے، نوجوان معاملات کو زیادہ بہتر سمجھ رہے ہوتے ہیں۔ بڑوں کو بھی سب پتہ ہوتا ہے، خاص طور پر اگر بزرگ پڑھے لکھے ہوں تو وہ بھی تمام معاملات پر نظر رکھتے ہیں، ایسے میں ان کی بات یا مشورے کو محض یہ کہہ کر نظر انداز کر دینا کہ وہ نئے تقاضوں سے واقف نہیں یقیناً غلط بات ہے اور اس کا نوجوانوں کو شہیادہ بھی بگلتا پڑ سکتا ہے۔ ہمارے معاشرے میں بہت سے گھرانے ایسے ہیں جہاں نئی نسل بزرگوں کو اپنے لیے رحمت قرار دیتی ہے اور اپنے بزرگوں سے ہر طرح کی بات کر لیتی ہے۔

اس کا انحصار والدین یا گھر کے بزرگوں پر بھی ہوتا ہے کہ وہ آپ سے کیسا رویہ اختیار کرتے ہیں۔ اگر بڑوں کا رویہ شفقت اور محبت والا ہو تو کوئی وجہ نہیں کہ نوجوان نسل بڑوں سے دور ہونے کی کوشش کرے۔

ایک نوجوان نے یہ تسلیم کیا کہ اس کے اور والدین کے درمیان ایک وسیع خلیج موجود ہے بلکہ اس کے بہن بھائیوں اور والدین کے درمیان بھی کچھ ایسی صورت حال ہے۔ نوجوان کا کہنا تھا کہ میں نہیں سمجھتا کہ خلا کبھی پر ہو سکے گا کیونکہ میرے خیال میں اس خلیج کے وجہ میرے والدین۔ وہ شروع ہی سے سخت گیر طبیعت کے مالک رہے ہیں اور ابھی تک ان کا یہ حال ہے کہ نوجوان اولاد کے ساتھ اس طرح کا برتاؤ کرتے ہیں جیسے یہ وہی پانچ چھ سال کے بچے ہوں۔

سمجھدار والدین وہی ہوتے ہیں جو وقت اور حالات کے مطابق خود کو بدلنے کی صلاحیت رکھتے ہیں، حالات کے مطابق خود کو ڈھالتے ہیں۔ بعض لوگ خود کو بدلنے کی ذرا سی بھی کوشش نہیں کرتے، اس طرح ان کا اولاد اور خود ان کے درمیان تضادات بڑھتے جاتے اور یہ تضادات اولاد کے جوان ہونے پر اختلافات کی صورت اختیار کر جاتے ہیں۔

مذکورہ نوجوان کا خیال تھا کہ اس کے والد کا انتظار سخت اور غیر چلکدار رویہ ان کے درمیان خلا کا باعث ہے، اس کے والد نے کبھی اپنی اولاد کی بات نہیں سنی بلکہ ہمیشہ وہی کیا جسے خود بہتر سمجھا۔ ان کی اس عادت نے خود اسے اور دیگر بہن بھائیوں کی نفسیات کو کافی نقصان پہنچا ہے۔ اس نوجوان کا کہنا تھا کہ آج ہم اگرچہ اپنے بیروں سے کھڑے ہو چکے ہیں لیکن اس کے باوجود اپنے اوپر وہ اعتماد پیدا نہیں ہو سکا ہے جو ہونا چاہیے تھا۔ میں تو یہ کہوں گا کہ ہمارے والد نے ہمارے لیے بہتر کیا ہے لیکن وہ اس طرح کہ ہمیں ہی ناگوار لگتا ہے۔

اسی طرح ایک اور نوجوان طالب علم کا کہنا تھا کہ جزیٹن گپ کی تمام تر ذمہ داری بڑوں پر عائد ہوتی ہے اس کے خیال میں نوجوانوں کا اس میں قطعی کوئی حصہ

نہیں ہے۔ مذکورہ طالب علم نے کہا کہ بچوں کا جو بھی رویہ ہوتا ہے وہ بڑوں کا تشکیل کردہ ہوتا ہے، اس میں گھر والوں کا سب سے اہم کردار ہے۔ وہ خود اپنے والدین سے اور بالخصوص اپنے والد سے بے حد گاذر کھتا ہے اور وہ کسی بھی قسم کا کوئی جزیٹن گپ محسوس نہیں کرتا۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ والدین نے آپ کی پرورش کس انداز سے کی ہے....؟ میرے والد ہمیشہ میرے لیے اپنی مصروفیات میں سے وقت نکالتے تھے، میرے مسائل سنتے تھے، مجھ سے گپ شپ کرتے تھے، یہاں تک کہ کھیلتے بھی تھے لہذا انہوں نے کبھی کوئی غلط فہمی ہی نہیں ہونے دیا، ہاں اگر وہ ایسا نہ کرتے، مجھے وقت نہ دیتے، میرے مسائل نہ سنتے تو شاید آج میرا اور والد کے درمیان بھی ویسا ہی فرق ہوتا جیسے کہ بعض والدین اور بچوں میں ہوتا ہے۔

میرے والد اس فلسفے سے اتفاق نہیں کرتے کہ والدین اور اولاد میں فاصلہ ہونا چاہیے۔ بیشتر لوگوں کو میں نے یہ کہتے سنا ہے کہ اولاد کو ایک حد تک رکھنا چاہیے، زیادہ بے تکلفی نقصان دیتی ہے، بڑے اور چھوٹے کی تمیز ختم ہو جاتی ہے۔ میرے خیال میں یہ سب مفروضے ہیں اور اگر کبھی یہ حقائق تھے بھی تو کم از کم موجودہ دور میں ان کا اطلاق نہیں ہوتا۔ بچے سب سے زیادہ انھما اپنے والدین پر کرتے ہیں، بچے اپنے ہر مسئلے کے لیے سب سے پہلے اپنے والد کی طرف دیکھتے ہیں۔ اگر والد کاروباری یا ہوا تو بچے کدھر جائیں گے....؟ ظاہر ہے اس کے لیے وہ پھر کوئی دوسرا شخص تلاش کریں گے جو ان کی بات سنتا ہو اور یہ چیز رفتہ رفتہ بڑوں اور ان کے بچوں کے درمیان خلیج پیدا کر دے گی۔ جس شخص کو بچپن میں اس کے والدین کی جانب سے توجہ اور محبت نہ ملی ہو، والدین اس سے نوجوانی میں یہ کیسے امید رکھ سکتے ہیں کہ وہ انہیں بڑھاپے میں توجہ اور محبت دے گا۔ ہمارے معاشرے میں بعض بڑوں کو

اس معاملے میں اپنی سوچ پر نظر ثانی کرنے کی ضرورت ہے۔ خاص طور پر ایسے والدین کو جن کا رویہ اپنی اولاد سے ایک باس والا ہوتا ہے۔ اگر کوئی خلیج بزرگوں اور نوجوانوں کے درمیان موجود ہے تو اس کی ذمہ داری ہمارے بڑوں پر ہی عائد ہوتی ہے، ایسا کیسے ہو سکتا ہے کہ والدین بچوں پر جان نچھاور کرتے ہوں اور بچے ان سے دور بھاگتے ہوں۔ ایک ریٹائرڈ گورنمنٹ آفیسر سے جب بات کی گئی تو ان کا کہنا تھا کہ ان کے دو بیٹے ہیں، دونوں بیرون مقیم ہیں۔ ایک پہلے ولایت گیا اور اس نے دو سال بعد دوسرے بھائی کو بھی اپنے پاس بلا لیا۔ میں دوسرے بیٹے کے ولایت جانے کے حق میں نہیں تھا۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ وہاں اس کا کیرئیر مالی اعتبار سے زیادہ منفعت بخش تھا لیکن اس نے روحانی طور پر ہم میاں بیوی کو بہت دکھ دیا۔ وہ یہاں بھی اچھا خاصا کما رہا تھا لیکن اس نے ہماری بات نہیں مانی اور باہر جانے پر مصر رہا۔

میں نے بڑی مشکلوں سے دونوں بچوں کو بڑھایا لکھایا اور ان کی ہر طرح سے اچھی سے اچھی تربیت کی لیکن میری سمجھ میں یہ بات نہیں آتی کہ ہم دونوں کو بڑھاپے میں تنہا چھوڑنے کا ان بچوں نے کیسے سوچا....؟

اب ہم دونوں بیٹیوں کی شادیوں کے بارے میں فکر مند ہیں لیکن انہیں اس کی بھی کوئی خاص پروا نہیں ہے۔ بڑی مشکلوں سے اب بڑا بیٹا شادی پر رضامند ہوا ہے تاہم اس کا کہنا ہے کہ وہ شادی کے فوری بعد بیگم کو ساتھ لے جائے گا۔ لوگ مجھے ایک کامیاب باپ سمجھتے ہیں جس نے اپنی اولاد کو بہت آگے تک پہنچایا لیکن مجھے لگتا ہے کہ میں بہت سے والدین سے ہی نہیں اپنے بچوں سے بھی پیچھے رہ گیا ہوں، وہ دوڑتے دوڑتے مجھ سے آگے نکل گئے ہیں۔ اتنے آگے کہ اب وہ میری آواز بھی نہیں سنتے کہ مڑ کر دیکھ لیں۔ میرے خیال میں آج کے نوجوان پیسے کو

ضرورت سے زیادہ اہمیت دینے لگے ہیں، وہ اپنی ہر خوشی کے لیے پیسے کو لازمی سمجھتے ہیں جبکہ میرا خیال یہ ہے کہ سب کچھ پیسہ نہیں ہوتا۔ آپ اس سے ایک حد تک ہی اطمینان اور سکون حاصل کر سکتے ہیں۔ ہمارے دور میں ایسا نہیں تھا لیکن اب سماجی قدریں بری طرح منہج ہوتی جا رہی ہیں۔ نوجوان دولت کی طرف اندھا دھند دوڑ رہے ہیں۔ جس شخص کا پیسہ بھرا ہوا اس کے سامنے کئی طرح کے کھانے رکھ دیے جائیں تو اسے کوئی رغبت نہ ہوگی، ڈالرز میرے نزدیک کوئی معنی نہیں رکھتے خاص طور پر دونوں بچوں سے دوری کے عوض ملنے والے ڈالرز میں تو پھر باپ ہوں، آپ اس عورت کے دل سے پوچھیے جو بیٹے کے گھر سے نکلے ہی اس کی واپسی کے لیے دن گنتے لگتی ہے۔

بیشتر والدین کو یہ شکایت کرتے ہوئے دیکھا گیا ہے کہ شادی کے بعد ان کے بچوں کا رویہ یکسر بدل جاتا ہے۔ دن رات ماں باپ کے آگے پیچھے رہنے والے بچے ایک دم آنکھیں پھیر لیتے ہیں۔ ان کا ماں باپ سے بات چیت کے دوران لب و لہجہ بھی بدل جاتا ہے اور ایسے حالات میں ماں باپ کے نزدیک اس کی ذمہ داران کی بہو ہوتی ہے۔ یہی حال کچھ ایک صاحب کے گھر کا ہے، جن کا نام ہم یہاں نہیں لیں گے۔ ان کے تین بچے ہیں اور تینوں کی شادیاں ہو چکی ہیں، صرف چھوٹا بیٹا ان کے ساتھ ہے، باقی دونوں بیٹے الگ گھروں میں رہتے ہیں۔ ان کا کہنا تھا کہ جرنیشن گیپ نا صرف حقیقت ہے بلکہ بہت تیزی سے بڑھتا جا رہا ہے۔ نوجوان ہماری اقدار اور روایت کو سختی سے منہج کرنے پر تلے ہوئے ہیں۔ میرے خیال میں اس کی بڑی وجہ مغربی طرز زندگی سے نوجوانوں کا حد سے زیادہ متاثر ہونا ہے۔ مغرب میں خاندانی نظام کب کا ختم ہو چکا ہے، وہاں زیادہ سے زیادہ تعیشات کی زندگی بسر کرنا ہی زندگی کا معیار بن چکا ہے۔ اب ایسا ہی کچھ حال یہاں کا

بھی ہوتا جا رہا ہے۔ بچے آزادی چاہتے ہیں اور اپنی زندگی میں کسی کی مداخلت برداشت نہیں کرتے۔ مداخلت کرنے والے ان کے والدین ہی کیوں نہ ہوں اور اس کے لیے بعض بہانے تلاش کرتے ہیں۔ ماں باپ ذرا بات کہہ دی تو بوریابستر گول کر کے الگ گھر میں لے جاتے ہیں۔ میں بچوں کے الگ گھر میں رہنے کا مخالف نہیں ہوں، لیکن والدین سے نانا توڑ لینا کسی بھی لحاظ سے درست نہیں۔ میں نے جب بڑے بیٹے کی شادی کی تو وہ شادی کے صرف تین ماہ بعد ہی الگ گھر میں چلا گیا۔ یہ میرے لیے بہت بڑے صدمے کی بات تھی، میں نے اپنے طور پر اسے سمجھانے کی کوشش بھی کی لیکن اس کا خیال تھا کہ میں اسے اس لیے روک رہا ہوں تاکہ باقی بھائیوں کی شادی میں وہ میری معاونت کرے اور یہ معاونت اس کے نزدیک یقیناً پیسے ہی کی شکل میں ہو سکتی تھی، حالانکہ لڑکی بات نہیں تھی۔ مجھے اس سے صرف مالی تعاون درکار نہیں تھا بلکہ وہ میرا بیٹا تھا اور اس ناٹے میری اس سے کافی حد تک جذباتی وابستگی تھی۔ میں اس سے کئی معاملات میں رائے لیتا تھا۔ میرے خیال میں جو انٹرنیٹ فیملی سسٹم ہوتا جا رہا ہے، پہلے لوگ ایسے ساتھ رہتے تھے، ایک دوسرے کے دکھ درد میں شریک ہوتے تھے، خاندان کے کسی ایک فرد کا مسئلہ خاندان کا مسئلہ سمجھا جاتا تھا۔ سب مل جل کر اس کا حل نکالتے تھے لیکن جو انٹرنیٹ سسٹم کی ٹوٹ پھوٹ نوجوانوں اور ان کے بڑوں کے درمیان خلیج میں اضافہ کر رہی ہے۔ ہو سکتا ہے کہ اس سسٹم کے ٹوٹنے کے کچھ دیگر فوائد ہوں لیکن مجموعی طور پر اس نے معاشرے کو اخلاقی لحاظ سے زوال پذیر بنا دیا ہے۔ میں اپنے اور بچوں کے درمیان اس خلیج کو پانے کی کوشش کرتا رہتا ہوں لیکن مجھے لگتا ہے کہ شاید میں اپنی کوشش میں زیادہ کامیاب نہیں ہوا ہوں۔

ایک معروف ملٹی نیشنل کمپنی کے نوجوان ایگزیکٹو کے خیالات بھی کافی غور طلب تھے۔ ان سے جب نئی اور پرانی نسل کے درمیان بڑھتی ہوئی خلیج پر بات کی گئی تو انہوں نے ایک نئے انداز سے اس صورتحال کا تجزیہ کیا۔ میرے خیال میں اگر پرانی نسل، نئی نسل کو ادھر ہر نئی نسل، پرانی نسل کو مان لے تو نئے پرانے کا بہت پرانا جھگڑا ختم ہو جائے، اصل مسئلہ یہ پیدا ہوتا جا رہا ہے کہ کوئی بھی اپنی جگہ اور اپنے موقف سے ہٹنے کے لیے تیار نہیں ہے حالانکہ دونوں ایک لحاظ سے صحیح سوچتے ہیں۔ دونوں نسلوں کو اتنی ہی بات سمجھ لینے کی ضرورت ہے کہ ”نیا آخر آل نیا اور اولڈ آخر آل گولڈ“۔

لیکن دونوں نسلوں کے درمیان خلیج اور فاصلے اس وقت بڑھتے ہیں جب نئے یہ کہتے ہیں کہ ”پرانوں کو کچھ پتہ نہیں، یہ دنیا نوی باتیں ہیں“۔ اور پرانے کہتے ہیں کہ ”یہ تو بچے ہیں، انہیں کیا پتہ اصل حقائق کیا ہیں، ہم نے بال دھوپ میں توفسید نہیں کیے“۔

گویا دونوں طرف سے انتہا پسند اندہ سوچ سامنے آتی ہے۔ جہاں اور جس گھر میں یہ انتہا پسند سوچ نہیں ہوگی وہاں بزرگوں اور نوجوانوں کے درمیان فاصلے بھی کم سے کم ہوں گے۔ ہمارے بڑوں کو اس حقیقت کا اعتراف کر لینا چاہیے کہ آج کا نوجوان جس دور میں سانس لے رہا ہے اور افکار میں ٹیکنالوجی کی جو سہولتیں اسے حاصل ہیں یقیناً بڑے اپنی نوجوانی میں اس سے محروم رہے ہیں۔ اسی طرح نوجوانوں کو بھی یہ بات تسلیم کرنا ہوگی کہ بزرگوں نے جو زندگی گزارا ہے بہر حال ان کے تجربات اور مشاہدات کو لا حاصل اور بے وقعت قرار نہیں دیا جاسکتا، اس لیے کہ موجودہ ترقی بھی تو ماضی کے بزرگوں کی کوششوں اور دریافتوں ہی کی بدولت ممکن ہو سکی ہے۔

اگر دونوں جانب سے ان حقائق کا اعتراف کر لیا

جائے تو کوئی وجہ نہیں رہ جائے گی کہ اس خلیج کو بڑھنے سے روکنا مشکل ہو گا۔ بزرگوں اور نوجوانوں کے درمیان فاصلہ بڑھ جانے کی ایک وجہ یہ بھی ہے کہ ہم نے اپنے بڑوں سے خوفزدہ ہونا اور پھر اپنے چھوٹوں کو اسی ترتیب سے خوفزدہ کرنا سیکھ لیا ہے اور خوف ہمیشہ دوری کی وجہ بنتا ہے جبکہ شوق کی منزل ہمیشہ قربت رہی ہے۔

لاہور کے ایک تاجر کا دوباری سلسلے میں کراچی آئے تو ان سے بھی اس موضوع پر بات ہوئی۔ ان کے خیالات بھی کافی فکر انگیز تھے۔ ان کا کہنا تھا کہ بدلتی ہوئی تہذیبی اقدار بھی نئی اور پرانی نسل کے درمیان خلیج کی ایک بڑی وجہ بن رہی ہے اور یہ خلیج موجودہ دور میں ہی نہیں بلکہ ہر دور میں موجود رہی ہے۔ اگر اسے کسی حد تک فطری کہا جائے تو شاید غلط نہ ہو گا۔ ہر دور کے اپنے تقاضے ہوتے ہیں، اس وقت جو زمانہ چل رہا ہے، آج سے بیس سال بعد یقیناً یہ حالات نہیں ہوں گے، اور بہت سی تبدیلیاں آچکی ہوں گی۔ آپ غور کریں تو معلوم ہو گا کہ موجودہ صدی میں جتنی ترقی ہوئی ہے، اس سے پہلے کسی صدی میں اس کی مثال نہیں ملتی، خاص طور پر سائنسی لحاظ سے جو انقلابی ایجادات سامنے آئی ہیں، ان کا ماضی بعید میں بھی کہیں تصور موجود نہیں ہے۔ اس طرح وسائل اور مسائل ہمیشہ تعمیر پذیر رہے ہیں، آج سے دس سال پہلے جو چیزیں تعیشات میں شمار ہوتی تھیں آج وہ ضرورت کی شکل اختیار کر گئی ہیں، گاڑی اور اپنی سواری، ٹی وی، ریفریجریٹر، سی ڈی پلیئر اور کمپیوٹر اس کی بڑی مثالیں ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ پرانی نسل کے لیے ان کی وہ اہمیت نہ ہو جو موجودہ دور کے نوجوان کے نزدیک ہے۔

انہوں نے مزید کہا کہ ایک چیز اور بھی مشاہدے میں آئی ہے، بڑوں اور چھوٹوں کے درمیان فاصلے بڑھنے کی ایک وجہ کچل ڈیمانڈ بھی ہے، بڑے شہروں میں یہ

بچے ہمارے مستقبل

بچے جو کچھ سیکھتے ہیں وہ تمام عمر انہیں یاد رہتا ہے۔ اسی لیے مقرر کریں اور ان پر سختی سے عمل در آمد کریں۔ اپنے بچے کو کسی بڑے مقام پر پہنچنا دیکھ کر ہر ماں باپ کو خوشی ہوتی ہے لیکن اس سے اہم بات یہ ہے کہ اس کا کردار کیسا ہے۔ اگر وہ اچھے کردار کا مالک ہے تو یہ بات حاصل زندگی ہے اور یہ سب کچھ حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے کہ بچپن میں بچے کو مکمل وقت دیں، یعنی اس کے ساتھ وقت گزاریں، اس سے اس کی دن بھر کی مصروفیات کے بارے میں پوچھیں اور کوشش کریں کہ رات کا کھانا گھر والے ساتھ کھائیں، کیونکہ صبح اور دوپہر کے وقت اسکول، آفس وغیرہ کے اوقات کار مختلف ہو سکتے ہیں، لیکن رات کو ساتھ بیٹھنے اور ساتھ کھانا کھانے کی عادت ضرور ڈالیں، تاکہ آپ ان سے زیادہ خاص طور پر بچوں کے کیونکہ ماں تو کے ساتھ عموماً باپ سے

جیسی تربیت کریں گے ویسی ان کا مستقبل ہوگا۔۔۔

شہناز سرور

اچھے اخلاق و آداب سکھائیں۔ انہیں سمجھائیں کہ انہیں کیا کرنا چاہیے اور کیا نہیں کرنا چاہیے۔ بچوں کے لیے ایک لائحہ عمل مرتب کریں اور وہاں آپ بھی اس بات کا خیال رکھیں کہ جن باتوں سے ہم انہیں منع کر رہے ہیں خود بھی ان باتوں کے کرنے سے گریز کریں، ورنہ قول و فعل کا تضاد بچوں کو کنفیوز کر دے گا کہ کیا صحیح ہے اور یا غلط ہے۔

بچے سے بات کریں اور کسی کام سے اسے منع کریں تو ساتھ ہی اس کی وجہ بھی ضرور بتائیں کہ وہ یہ کام کیوں نہ کرے۔ اگر آپ کی باتوں اور عمل میں تضاد ہے تو بچے اس بات کو محسوس کریں گے کہ آپ خود کہتی کچھ ہیں اور کرتی کچھ ہیں۔ اس طرح بچے آپ کی ہدایات پر عمل نہیں کرے گا۔ اپنے اچھے عمل سے آپ دونوں (ماں باپ) بچوں کے لیے رول ماڈل بن سکتے ہیں۔

بچے کا مستقبل والدین کو سنوارنا چاہیے۔ وہ ڈاکٹر ہو یا انجینئر، پروفیسر ہو یا کسی بھی شعبے سے منسلک ہو، ہمیں اس کی تربیت پر پوری توجہ دینی چاہیے۔ اس کے لیے بچوں میں ڈسپلن بھی پیدا کریں۔ گھر کے ماحول میں وقت کا خاص طور پر خیال رکھیں کہ بچوں کو کس وقت بیدار ہونا ہے، کس وقت کھانا کھانا ہے، غرض پڑھنے، سونے کھینے کو دن اور ٹی وی دیکھنے تک کے اوقات

نہیں کہتی۔ آپ اسے ذہنی ترقی کا نام بھی دے سکتے ہیں اور ہمارے بیشتر بڑوں کو اس حقیقت کا ادراک بھی ہے۔ میں نے اپنے دادا سے یہ کہتے سنا کہ میری پوتی کا آئی کیو اٹھارہ سال میں مجھ سے کہیں زیادہ ہے اور جب دادا نے یہ الفاظ کہے تھے اس وقت ان کی عمر ستر سال تھی۔ یقیناً جو کمیونیکیشن نظام اس وقت موجود ہے۔ یہ اس سے پہلے نہ تھا۔ میں اپنے دادا سے کہتی کہ آپ نے اپنے باپ کو اس لیے زیادہ وقت دیا کہ اس وقت آپ کے گھر میں ٹی وی لاؤنچ نہیں تھا اور نہ ہی آپ کے کمرے میں ٹی وی تھا۔ آپ اس بات کی کیا ضمانت دے سکتے ہیں کہ اگر یہ سہولتیں اس وقت ہوتیں تو آپ کا زیادہ وقت ابا کے ساتھ گزرتا یا ٹی وی لاؤنچ میں....؟ ہم نے جتنے لوگوں سے اس حوالے سے بات کی ہے، سب کی رائے ایک دوسرے سے مختلف رہی ہے لیکن کچھ باتیں ایسی ہیں جن پر اتفاق کیا جاسکتا ہے اور وہ یہ کہ اس بات کو سب ہی نے تسلیم کیا ہے کہ نوجوانوں اور بزرگوں کے درمیان جزیں گپ بڑھ رہا ہے۔ دونوں فریقین کی جانب سے یہ کوشش کی جانی چاہیے کہ اسے مزید بڑھنے سے روکا جائے اور یہ چیز ہمارے صحت مند معاشرے اور کچھ ستہری اقدار کے تحفظ کے لیے ضروری بھی ہے۔ ہمیں یہ بات بھی نہیں بھولنی چاہیے کہ نئی اور پرانی نسل کے درمیان سوچوں کے فرق کے باوجود یہ دونوں ایک دوسرے کے لیے لازم و ملزوم ہیں اور فاصلوں کے باوجود ان کے درمیان ایک انوٹ جذباتی اور روحانی تعلق ہمیشہ موجود رہتا ہے۔ بڑوں کو چاہیے کہ چھوٹوں کے ساتھ شفقت سے پیش آئیں اور چھوٹوں کو چاہیے کہ وہ بڑوں کی تکمیل کریں کیونکہ اگر چھوٹے نہ ہوتے تو بڑوں کو بڑا کون کہتا....؟ اور بڑے نہ ہوتے تو چھوٹوں کے ہونے کا سوال ہی پیدا نہیں ہو سکتا تھا۔



ذیمائت کہیں زیادہ ہے اور یہاں آپ کو بزرگوں اور نوجوانوں میں زیادہ فاصلے ملیں گے، بڑے شہروں میں مکینکل ازم اور میٹرل ازم زیادہ ملے گا، جو بڑوں اور ان کے چھوٹوں کے درمیان خلیج بڑھا رہا ہے جبکہ جہاں ابھی مشینوں کی حکومت نہیں ہے، وہاں لوگوں کے پاس ایک دوسرے کے لیے وقت نکالنے کی گنجائش موجود ہے۔

کراچی کی مثال دیتے ہوئے، انہوں نے کہا کہ اس شہر میں زندگی کی رفتار اتنی تیز ہے کہ لوگوں کے پاس اپنے دوستوں کے لیے ایک آدھ گھنٹہ وقت نکالنا ناممکن ہو گیا ہے، ایسے میں یہ لوگ اپنے بڑوں کے پاس کیسے بیٹھیں گے اور جب دوری ہوتی ہے تو زندگی جاتی رہتی ہے، فاصلوں کو مٹانے کے لیے ایک دوسرے کے لیے وقت نکالنا ضروری ہوتا ہے۔ میں تو یہی کہو گا کہ نوجوانوں سے جہاں تک ممکن ہو اپنی مصروفیات میں سے کچھ حصہ اپنے بڑوں کے لیے ضرور نکالنا چاہیے۔ کم از کم اس سے بڑھتے ہوئے فاصلوں کو مزید بڑھنے سے تو روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔ بی ایس کی یا ایک طالبہ نے اپنی بات جرمن مفکر ایرک فروم کے مقولے سے شروع کی۔ ایرک کہتا ہے کہ نئے اور پرانے کی کشش ہمیشہ غیر یقینی حالات کو جنم دیتی ہے اور اس سے دونوں تسلسل متاثر ہوتی ہیں، اس تضاد سے صحت مند معاشرہ بھی بیمار معاشرے میں بدل جاتا ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ آج کی نوجوان نسل پرانی نسل سے مختلف سوچتی ہے بلکہ زیادہ سائنسی اور تکنیکی پہلوؤں کو سامنے رکھ کر زندگی گزارنا چاہتی ہے لیکن ہمارے بڑوں میں اس چیز کا فقدان تھا۔

نئی نسل منصوبہ ساز ہے، اپنے مستقبل کے بارے میں پلاننگ کرتی ہے جبکہ ہمارے بڑوں میں ایسی کم ہی مثالیں ملتی ہیں۔ وہ منصوبہ بندی کے بجائے تقدیر پر زیادہ بھروسہ کرتے ہوئے نظر آتے ہیں۔ میں اس خلیج کو خلیج

اضطراب کی تیاری

انہیں پلاسٹک کی
تھیلیوں میں ڈال کر

تھیلی کا منہ اچھی طرح بند کر کے پلاسٹک کے ایئر ٹائٹ
نٹن میں یا ویسے ہی فریزر میں رکھ دیں۔ اگر کبابوں پر
سوجی یا ڈبل روٹی کا چور اچھڑک دیں تو یہ آپس میں چپکیں
گے نہیں، اس کے علاوہ رول، سموسے یا کباب کو تھیلی میں
ڈالنے وقت یہ دھیان رکھیں کہ
ایک دوسرے کے اوپر نہ ہوں۔
ورنہ نکالنے وقت ٹوٹ جاگیں
گے۔ افطاری سے ایک گھنٹہ قبل
فریزر سے نکل کر ٹرے میں
پھیلا دیں اور پھر قتل لیں۔ کم

کم وقت میں زیادہ کام
کرنے کے لیے بہتر
منصوب بندی ضروری ہے۔

رمضان المبارک کی آمد کے ساتھ ہی کام کے
اوقات بدل جاتے ہیں۔ افطاری اور سحری کے لیے خاص
اہتمام کیا جاتا ہے۔ رمضان المبارک میں افطار اور سحری
کی تیاری اکثر خواتین کے لیے وقت کی کمی کے باعث
مشکل ہو جاتی ہے۔

یہاں ہم افطاری کی تیاری
کے بارے میں کچھ مفید
مشورے پیش کر رہے ہیں۔
*.... سحر و افطار کے لیے اگر
پہلے سے کچھ تیاری کر کے رکھ لی

جائے تو چند دنوں تک آپ پرسکون رہیں گی اور بروقت
سحر و افطار بھی تیار کر لیں گی۔ مثلاً رول، کباب، کٹنٹس،
سموسے وغیرہ تیار کر کے فریز کر لیں۔ اسی طرح شای
کباب، کچے قہے کے کباب وغیرہ، یہ سب آپ کچے بنا کر
کی ٹرے میں پھیلا دیں

وقت میں اچھی تیاری ہو جائے گی۔
*.... افطاری میں چھوٹوں کی چاٹ، بہت مزہ دیتی ہے۔
چھوٹے ابال لیں اور چھان کر پلاسٹک کی تھیلی میں ڈال
دیں، لیکن یہ خیال رہے کہ ان ابلے ہوئے چھوٹوں کو
مختلف پلاسٹک کی تھیلیوں میں حسب
ضرورت ڈالیں اور فریزر میں
رکھ دیں۔ جب
ضرورت ہو تو



خیال رکھیں کہ اپنے بچوں کو دوسروں کے بچوں کے ساتھ
کیمپ نہ کریں۔ ہر بچے کے اندر کوئی نہ کوئی خوبی ضرور ہوتی
ہے۔ ضرورت ہے اسے تلاش کر کے ابھارنے کی، اس
کے ٹیلنٹ کو نکھارنے کی۔

کوشش کریں کہ بچوں کے سامنے اپنے معاملات کو
ڈسکس نہ کریں اور اگر کریں بھی تو مسائل کے ساتھ ان
کا حل بھی تلاش کرنے کی کوشش کریں تاکہ بچے کو کسی
بھی مسئلے کے ساتھ اس کا حل تلاش کرنے میں دلچسپی ہو۔
بچوں کے ساتھ ساتھ ان کے دوستوں کی طرف بھی
دھیان دیں کہ وہ کن دوستوں میں اٹھتے بیٹھتے ہیں۔ ان کے
بارے میں آپ کو پوری معلومات ہونی چاہئیں۔ ان کے
دوستوں سے بات چیت کریں تاکہ ان کے مزاج کا پتہ
چلے۔ بچے کے دوستوں کو کبھی کبھی گھر میں بھی بلا لیں اس
طرح جب بچے نظروں کے سامنے رہیں گے تو ان کی
بہت سی عادات، رویے کا اندازہ ہو گا۔

آج کل ون یونٹ فیملی کا رواج بڑھ گیا ہے لیکن
کوشش کریں کہ اگر گھر علیحدہ بھی ہیں پھر بھی بچوں کو
اپنے قریبی رشتہ داروں سے قریب رکھنے کی کوشش
کریں، انہیں رشوتوں کی اہمیت بتائیں۔

بچوں کے لیے گروپ ایکٹیوٹی بھی ضروری ہے۔ اس
سے بچے کی سوشل سکیٹیز سیکھتا ہے، اس لیے بچوں کے ساتھ مل
کر کھیلنے کے لیے ترغیب دیں۔ ان کے لیے دماغی صحت
کے ساتھ ساتھ جسمانی صحت بھی ضروری ہے۔

آج کل ایک مشکل یہ بھی ہے کہ اکثر بچوں کے پاس
رول ماڈل نہیں ہیں۔ اس لیے بچوں کے سامنے منزل واضح
نہیں ہوتی۔ ہمیں یہ سمجھنا ہے کہ ہمیں کن باتوں کو اہمیت
دینا چاہیے۔ زندگی کی ضروریات کو فراہم کرنا تو ایک عام
سی بات ہے، ہر کوئی اپنے بچوں کو ضروریات زندگی دینے

بچوں کی ملاقات چھٹی کے دن ہوتی ہے، اس لیے رات کا
کھانا ساتھ کھانے سے بچے بھی باتیں کریں گے۔ کوشش
کریں کہ اس دوران منفی باتیں نہ کریں۔ بچے کھانے کی
برائی یا خامی نکالیں تو انہیں فوراً منع کر دیں۔ ان سے کہیں
کہ اللہ کی نعمتوں پر شکر کر کے کھائیں بچہ بھی اس مثبت
رویے کو اپنائے گا۔

اگر ہمیں اپنی اگلی نسل کو بگڑنے سے بچانا ہے تو رول
ماڈل بن کر سامنے آنا ہو گا۔ آپ بچے کو صرف ضروری
تعلیم ہی نہ دیں بلکہ ان میں شعور بیدار کرنے کی کوشش
کریں۔ جو وقت بھی بچوں کے ساتھ ملے اسے فن ٹائم
بنادیں، کیونکہ یہ وقت دوبارہ لوٹ کر نہیں آئے گا۔

اگر آپ نے انہیں کو الٹی ٹائم دیا ہے تو بڑھاپے میں
وہ بھی آپ کو وقت دینے کی کوشش کریں گے، ورنہ شاید
ان کے پاس بھی آپ کو دینے کے لیے وقت نہ رہے۔
بڑے ہوتے ہوئے بچوں کو کیریئر منتخب کرنے میں ان کی
مدد کریں لیکن اپنی مرضی ان پر مسلط نہ کریں۔ بچے کے
ٹیلنٹ کو دیکھیں۔ ان سے پوچھیں کہ آپ بننا کیا چاہتے
ہیں یا یہ کہ آج سے دس سال بعد آپ خود کو کہاں دیکھنا
پسند کریں گے۔ آپ کی دلچسپی کس چیز میں ہے۔ آپ اپنی
تعلیم کا استعمال کیسے کر سکتے ہیں۔ سب سے اہم چیز یہ ہے
کہ جو بننا چاہتے ہیں وہی بنیں۔

یاد رکھیں جب بچے اپنے من پسند کام کرتے ہیں تو وہ
بہتر انداز سے کرتے ہیں۔ بے دلی اور بے زاری سے کیے
گئے کام سے وقت تو گزر سکتے ہیں لیکن اس سے کامیابی اور
کامرانی حاصل نہیں کر سکتے۔

بچے ہمارا مستقبل ہیں۔ ہم اس دنیا سے جانے کے بعد
بھی اپنے بچوں کے اندر زندہ رہتے ہیں۔ ہماری زندگی ہم
نے گزار لی، ہم اپنی زندگی کو تبدیل نہیں کر سکتے لیکن
اپنے بچوں کی زندگی کو ضرور بدل سکتے ہیں۔ اس بات کا بھی

ایک تھیلی نکال کر تھوڑی دیر باہر رکھیں یا اگر جلدی ہو تو فریزر سے نکال کر تھیلی پانی میں بھگو دیں۔ تھیلی سے چھوٹے ٹکالے کے بعد جس طرح چاہیں استعمال کر لیں۔ چھوٹوں کی چاٹ بنائیں یا چھوٹوں کا پلاؤ یا سالن ہر طرح سے آسانی رہے گی۔ ابلے ہوئے چھوٹے فروٹ چاٹ اور مکس دی بڑے بنانے میں بھی استعمال کیے جاتے ہیں اور چٹا پڑی میں بھی ان کی ضرورت پڑتی ہے۔ لہذا کم وقت میں مزیدار چھوٹوں کی چاٹ اور دیگر چیزیں بنائی جاسکتی ہیں۔

✽.... سحری میں عموماً روٹی پیراٹھے بنائے جاتے ہیں۔ سحری کے لیے آپ پہلے سے آٹا گوندھ کر اس پر تھوڑا سا تیل لگا کر پلاسٹک کی تھیلی میں ڈال کر کسی ایئر ٹائٹ باکس میں بند کر کے فریج میں رکھ دیں۔ سحری میں روٹی پکانے سے پانچ منٹ قبل آٹا نکالیں۔ آپ دیکھیں گی کہ بالکل ایسا محسوس ہوگا جیسے آپ نے ابھی تازہ آٹا گوندھا ہے اور بڑی آسانی سے آپ روٹی پیراٹھے سحری میں تیار کر لیں گی۔ وقت بھی بچے گا اور سحری میں کھانا پکانے میں آسانی رہے گی۔

✽.... رول بنانے کے لیے مرغی کے گوشت کے ریٹوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے لیے آپ مرغی کو صرف تھوڑا سا نمک ڈال کر اُبال لیں۔ مرغی گل جائے تو نکال لیں۔ اُبلی ہوئی مرغی کے ریٹے کر لیں، اب اسے پلاسٹک کی تھیلی میں بند کر کے فریزر میں رکھیں یا پھر مرغی کے ریٹے پلاسٹک کے باکس میں بند کر کے فریزر میں رکھ دیں۔ اسی طرح مرغی کی بوئیاں بھی فریزر کی جاسکتی ہیں۔ جنہیں وقت ضرورت نکال کر تلی ہوئی مرغی، چکن اسک، چکن بروسٹ وغیرہ بنائے جاسکتے ہیں۔ اس طرح مرغی کو گلانے کی ضرورت نہیں پڑے گی اور وقت کی بچت بھی ہو جائے گی۔

وقت بچانے کے لیے آپ بخنی بھی بنا کر رکھ سکتی ہیں۔ بخنی کو ٹھنڈا کر کے فریزر کر لیں۔ آپ کو ایسے کھانے بنانے میں آسانی ہوگی جن میں بخنی کی ضرورت پڑتی ہے۔ آپ کچھ دیر قبل بخنی کو فریزر سے نکال لیں۔ بخنی نرم ہونے پر آپ اسے کھانے پکانے میں یا آسانی استعمال کر سکتی ہیں۔

✽.... آپ جس طرح سموسے کے لیے بھنا ہوا قیمہ بناتی ہیں وہ زیادہ بنا کر فریزر کر لیجیے، اس سے آپ مختلف پکوان تیار کر سکتی ہیں۔ ایک تو آپ سموسے تیار کر کے رکھ دیجیے، دوسرا آپ اسی قیمے میں حسب ضرورت انڈے ملا کر اس سے قیمے بھرے پراٹھے بناسکتی ہیں۔

✽.... آپ افطار کے لیے سموسے بنائیں، یا رول جو چیز بنانے جارہی ہیں، وہ زیادہ تعداد میں بنالیں۔ مثلاً اگر آپ نے سموسے بنانے کا سوچا ہے تو ایک مرتبہ کے استعمال کے لیے جتنے سموسوں کی ضرورت پڑتی ہے اس سے دو گنی یا تین گنا زیادہ تعداد میں بنا کر رکھ لیں اور فریزر کر دیں۔ یہ کسی اور دن بھی استعمال میں آسکتے ہیں۔ انہیں افطار کے وقت نکال کر یا آسانی فرمائی کیا جاسکتا ہے اور اس طرح آپ کا قیمتی وقت بھی بچ سکتا ہے۔ وقت بچانے کے لیے گوشت کو بھی اُبال کر فریزر کر لیں۔ پکانے سے ذرا پہلے فریزر سے گوشت نکال کر چھٹ چٹ سالن تیار کیا جاسکتا ہے۔

اُبلے ہوئے آلو پیس لیں اور گول بال کی طرح بنا کر درمیان میں قیمہ، سبزی یا ابلے ہوئے انڈے بھر لیں۔ اب اس کے کباب بنا کر انڈا لگا کر فرمائی کر لیں۔

✽.... اگر آپ چاہیں تو رات کو سحری کے لیے روٹی پیراٹھے تیل کر فریزر بھی کر سکتی ہیں۔ پلاسٹک کی تھیلی میں رکھ دیں۔ ہر پراٹھے کے اوپر پلاسٹک رکھ کر دوسرا پراٹھا رکھیں۔ پھر سب کو ایک پلاسٹک کی تھیلی میں بند کر کے فریزر کر لیں۔ سحری میں وقت کم ہوتا ہے ایسی صورت میں پراٹھے یا روٹی بنانا نہیں پڑے گی اور وقت کی بچت ہوگی۔ اسی طرح کے اور دوسرے کام کیے جاسکتے ہیں مثلاً دودھ ابالا جاسکتا ہے۔ چائے اور کھجھل، پھینڈیاں وغیرہ تیار کی جاسکتی ہیں اور سالن وغیرہ بھی تیار کر کے رکھا جاسکتا ہے۔

✽.... رمضان میں پکڑے، سموسے، رول اور کباب وغیرہ بنائے جاتے ہیں۔ اس کے ساتھ اگر پٹنٹی یا کیچپ نہ ہو تو مزہ نہیں آتا، بلکہ یہ کہا جائے تو زیادہ درست ہوگا کہ افطاری کے وقت دسترخوان چٹنی یا کیچپ کے بنا دو سورا محسوس ہوتا ہے لیکن روزانہ نئی چٹنیاں بنانے میں خاصا وقت لگ جاتا ہے، لہذا آپ اکٹھی کئی طرح کی چٹنیاں بنا کر رکھ سکتی ہیں، مثلاً پودینے کی چٹنی، اُبلی، خوبانی، کھجور اور

اسلام پر امن مذہب ہے..... سروے میں 65 فیصد امریکیوں کی رائے



نیویارک میں کیے گئے ایک حالیہ سروے کے مطابق 65 فیصد امریکیوں نے رائے دی ہے کہ اسلام ایک پر امن مذہب ہے۔ چھ مارچ سے گیارہ مارچ تک کیے گئے سروے میں نیویارک شہر کے 964 مکینوں سے رائے لی گئی، دو تہائی افراد نے مسلمانوں کی خفیہ نگرانی کے پولیس اقدام کی حمایت کی ہے۔



اکیلے آدمی کی موت

عزیز الدین دیر تک اپنے کمرے میں ٹہلتے رہے۔ صبح سے موسم بھی خراب تھا۔ پرانی کھانسی کی شکایت بھی تھی۔ چلتے چلتے کھانسنے لگتے۔ سانس پھول جاتی تو کرسی پر کچھ دیر کے لئے سستانے بیٹھ جاتے۔ کوئی تونہ تھا اس بڑے سے گھر میں ان کے سوا.... اور جب سے ان کی نظر اس عجیب سے اشتہار پر پڑی تھی، تو بڑھاپے کے کمزور سے دل پر جیسے زلزلہ آگیا تھا۔ دیر تک اشتہار کو عجیب سی نگاہوں سے گھورتے رہے۔

مشرف عالم ذوقی

احمد حسین زندہ ہے۔ میرا دوست، میرا یار، ابھی بھی زندہ ہے اور اپنے ہی جیسا اس دنیا میں تنہا اکیلا....! بے چینی بڑھ جاتی تو کمرے میں ٹہلنے کا عمل ایک بار پھر شروع ہو جاتا۔ دے کے مریض

حمید بھائی کے ”رعبہ“ بھرے ہاتھ صوفے کی دھول صاف کرتے رہے۔ آنکھیں یوں ہی بے مطلب سی ادھر ادھر گھورتی رہیں۔

”موت ہمارے لیے سب سے تکلیف دہ چیز ہے۔“



”موت ہمارے لیے سب سے

تکلیف دہ چیز ہے۔ موت جو بغیر خبر کے آئے گی موت جو اکیلی آئے گی اور رونے والا کوئی نہ ہوگا۔ اور سہارا دینے والا کوئی نہ ہوگا۔ آخری منزل کو پہنچانے والا کوئی نہ ہوگا۔“

موت جو بغیر خبر کے آئے گی موت جو اکیلی آئے گی اور رونے والا کوئی نہ ہوگا۔ اور سہارا دینے والا کوئی نہ ہوگا۔ آخری منزل کو پہنچانے والا کوئی نہ ہوگا۔ عزیز بھائی پھینکی مسکراہٹ اٹکتے ہوئے بولے۔

”کوئی پاس پڑوس میں خبر دینے والا نہ ہوگا۔ مزار پر فاتحہ پڑھنے والا نہ ہوگا۔ بس اکیلے پن کو کاٹ رہے ہیں۔ کم بخت موت سے ڈر لگتا ہے۔ ہمارے بعد کون ہے، ہمارے پیچھے کون ہے....؟“

دروازے پر ایک ساتھ کئی قدموں کی آہٹ گونجی.... عزیز الدین سنبھل گئے.... لگتا ہے سب آگئے.... تیز قدموں سے باہر نکل آئے۔ کھانسی ایک بار پھر تیز ہو گئی تھی۔ باہر قمر بھائی، مشتاق بھائی اور سمیع بھائی تینوں کھڑے تھے.... اپنے اپنے جان لیوا بڑھاپے کے ساتھ.... جھڑیوں بھرے پوئلے ہونٹوں پر سنجیدگی طاری تھی۔

”آئیے، آئیے....“ عزیز الدین کی آنکھوں میں چمک تھی۔

تینوں بوڑھے قدم دم دابے اندر چلے آئے۔ حمید بھائی سے ہاتھ ملایا۔ بھر اپنے اپنے صوفے پر جم گئے۔ قمر بھائی کی آنکھوں میں موتیابند اتر آیا تھا۔ کمزور آواز میں بولے۔

”تم نے آج بلایا تو بے حد مسرت ہوئی کہ اس بڑھاپے میں بچپن کی تاریخ ڈھرائی جاسکتی ہے.... اپنا احمد زندہ ہے.... اور اسی شہر میں ہے۔ اس خبر سے

بتائیں سکتا کسی خوشی ہو رہی ہے۔“ عزیز الدین سمیت پانچوں بوڑھے کرسیوں پر مڑ بھکائے بیٹھ گئے۔ عزیز نے اخبار سے اشتہار والا صفحہ کھول لیا۔ کمرے میں پراسرار خاموشی پھیل گئی۔ عزیز نے دوبارہ کہا:

”بھائی....!“ اکیلے پن کا ایک غم یہ بھی ہوتا ہے کہ میں تم لوگوں کو کھلا پلا نہیں سکتا۔ کوئی خاطر نہیں کر سکتا۔ مگر ٹھہرو.... حلیم کو آواز دیتا ہوں.... وہی تو ہے.... فرما کر دار.... خاندانی....“

”ج.... ل.... ی.... م....“ کھانسی سے ابھری ہوئی آواز کمرے کے اندر ہی دم توڑ گئی.... عزیز الدین کی آنکھیں بھر آئیں....

”مگر حلیم آئے گا کہاں سے.... حافظہ ساتھ نہیں دیتا۔ یادداشت کمزور ہو گئی ہے۔ سب کچھ بھول جاتا ہوں۔“

”کیا ہوا.... حلیم کہاں ہے....؟“ قمر بھائی نے اٹڑے ہوئے پیر کو سیدھا کرتے ہوئے پوچھا۔ ”حلیم نہیں رہا۔“ عزیز بھائی کی آواز بیٹھ گئی۔

”مگر جی نہیں مانتا کہ وہ نہیں ہے۔ ہر بار لگتا ہے وہ یہیں کہیں موجود ہے۔ ابھی نکل کر سامنے کھڑا ہوگا۔ اکیلے بیٹھے بیٹھے میں گھبرا جاتا ہوں تو اسے آواز دیتا ہوں.... مگر حلیم ہے کہاں جو آئے گا.... صد لوٹ آتی ہے!“

اگست ۲۰۱۲ء

”حلیم نہیں رہا۔۔۔!“

کمرے میں سناٹا پھیل گیا ہے۔

”اس کے کھلانے ہوئے پکوان اب تک یاد ہیں۔ کتنی خاطر کرتا تھا ہماری! کیسی میٹھی میٹھی باتیں کیا کرتا تھا۔ وہ بھی تو ہم میں سے ہی ایک تھا۔ تن تھا اور اکیلا۔“

صبح بھائی بولے۔

”حلیم کے قفسے اب تک یاد ہیں۔ چٹکارے لے لے کر سنانے کا انداز۔۔۔ کیسی کیسی باتیں کیا کرتا تھا۔ جھٹی، کم بخت کبھی اپنے سے الگ نہیں لگا۔“

قمر بھائی کی آواز بیٹھ گئی۔

”مگر حلیم کو ہوا کیا تھا؟“

”کچھ نہیں۔ نیک مرد تنہائی سے گھر آگیا تھا۔ مرنے سے کچھ روز پہلے عجیب بہکی بہکی باتیں کرنے لگا تھا۔ ایک صبح جب چائے کے لیے اُسے آواز لگائی تو کوئی آواز نہیں آئی۔ دل بیٹھ گیا۔ باورچی خانے کے پاس ہی چارپائی نکال کر وہ سویا کرتا تھا۔ وہاں چارپائی پر اس کا مردہ جسم پڑا تھا۔ کتنی مشکل پیش آئی تھی۔ کسی طرح محلے والوں کو تیار کیا۔ پیسے دئے۔ انتظامات کیے۔ مگر خود کا ندھا دینے نہ جا سکا۔“

عزیز بھائی کی آواز بھاری ہو گئی تھی۔

”کم بخت حلیم کو کتنے لوگ مل گئے تھے سہارا دینے کے لیے۔۔۔ ہماری خبر محلے والے کو کون دے گا۔۔۔؟“

کمرے میں ایک بار پھر خاموشی چھا گئی۔ جھڑپوں بھرے چہرے پریشانی میں ڈوب گئے۔

”خود ہی چائے بنانا ہوں۔۔۔ روٹیاں بنانا ہوں۔۔۔“

ادھ جلی سبز یاں بنا لیتا ہوں اور کھا لیتا ہوں۔ گوالا دودھ دے جاتا ہے۔ کبھی کبھی بغل سے فہیدہ آکر صفائی کر جاتی ہے۔ پڑوس کا نوکر آکر بجلی کا بل بھر جاتا ہے۔ بس سارا کام اسی طرح ہو جاتا ہے۔ ہاں رات بڑی تکلیف

میں گزرتی ہے۔

”رات ہم سب کے لیے موت سے بدتر ہے۔“

چاروں بوڑھے ایک ساتھ بولے۔ پھر چپ ہو گئے۔

حمید کا ہنسی آواز میں پھر بولے۔

”بس رات نہیں کتنی یارو! دن تو کتاہوں میں کٹ جاتا ہے۔۔۔۔ رات نہیں کتنی۔ آئینی خیالات دماغ کو

بو جھل بنادیتے ہیں۔“

”ہم ہمیشہ سے اکیلے رہے۔“

صبح بھائی نے برسوں پرانی کہانی کو جاری رکھتے ہوئے کہا۔

”میں، عزیز، مشتاق، قمر، احمد حسین اور حمید۔۔۔۔“

سب اکیلے رہے۔۔۔۔ ہم میں خوش قسمت احمد حسین

رہا۔۔۔ جس نے اس دوستی سے بغاوت کی اور شادی کر لی۔

کہتا تھا جب اکیلے پن میں تم لوگ تھک جاؤ تم ہمارے

یہاں آ جانا۔۔۔ بیوی بچوں میں دل بیل جائے گا۔ مگر

بد قسمت راہم احمد حسین بھی۔ شادی کے تین سال بعد ہی

بیوی رخصت ہو گئی اور بنیا بھی ایک چھوٹی سی بیماری میں

چھوڑ کر چلی گئی۔۔۔۔ ننھی منی سی جان کے مرنے پر کتنا رویا

تھا احمد حسین۔۔۔۔ پھر ہماری اس تنہا بزم میں

شریک ہو گیا۔“

”احمد حسین ہے کہاں۔۔۔۔؟“

عزیز الدین نے کاپتے ہاتھوں سے اخبار کا کچ والا صفحہ

کھولا، جس میں ایک بڑا سا اشتہار شائع ہوا تھا:

”میرے دوستو! اگر تم زندہ ہو اور اچھے حال میں ہو

تو میں چاہتا ہوں کہ زندگی کی آخری عید تمہارے ساتھ

منادوں میں تمہارے ہی شہر میں ہوں اور کچھ ہی دن پہلے

آیا ہوں۔ مگر افسوس لاچار ہوں، مل نہیں سکتا۔ اگر یہ

اشتہار میرے کسی بھی دوست کی نظر سے گزرے تو وہ

باقی دوستوں کو اس کی خبر کر دے کہ احمد حسین زندہ ہے

مگر جب حال میں ہے۔۔۔۔ اور آخری عید دوستوں کے

ساتھ منانے کا خواہش مند ہے۔“

”وہ ہمارے ہی شہر میں ہے اور تنہا ہے۔“

سب پھر چپ ہو گئے۔

”اچھا ہو گا کہ ہم عید میں ہی اس سے ملیں اور حیرت

میں ڈال دیں۔“ بوڑھی آواز کچکی کا شکار ہو گئی تھی۔

”احمد حسین زندہ ہے۔ مگر عید کیا یوں بھی کرتی ہے

کہ دبے پاؤں رخصت ہو جائے کچھ خبر نہ ہو۔ نہ کھکھنی

نہ پھلوڑی۔ نہ وہ رمضان کے ہنگامے نہ وہ افطار کی خوشبو۔

وہ مزے مزے کی حکایتیں، سب پرانے قفسے ٹھہرے۔“

قمر بھائی کہہ رہے تھے۔

”ایسے میں بچپن یاد آتا ہے عزیز بھائی! پھولوں کے

لمبے پر گندہاؤ بچپن۔۔۔۔ افطار کی خوشبو یاد آتی ہے اور

عید کے ہنگامے۔۔۔۔ مگر نوکری میں آنے کے بعد زندگی

میں ایک بھی لمحہ ایسا نہیں آیا۔“

”آتا بھی کیسے۔۔۔۔؟“

صبح بھائی بولے۔

”ہماری دوستی بے مثال رہی۔ اس لیے کہ ہماری

کہانی ایک تھی۔ زندگی جینے کا طریقہ ایک تھا۔۔۔۔ ہم

سب اپنے ماں باپ کی واحد اولاد تھے۔ ہم نے زندگی کا اہم

ترین فیصلہ بھی ایک ساتھ کیا کہ شادی نہیں کریں گے۔

صرف احمد حسین نے اس رائے سے اختلاف کیا اور وہ بھی

صرف تین سال بعد ہماری برادری میں آ گیا۔“

”بے چارہ احمد حسین!“

پانچوں بوڑھے پھر چچی اڈھ کر بیٹھ گئے۔

”احمد حسین کہاں ہو گا۔ ہاں یاد آیا۔ پتہ اسی گھر کا

ہے جہاں پہلے رہتا تھا۔ دوسرے شہر میں نوکری کرنے

کے باوجود اس گھر کو اُس نے نہ کرائے پر چڑھایا نہ

فروخت کیا۔ پتشن یافتہ ہونے کے کافی سال بعد پھر اسی

شہر میں لوٹ آیا۔ مگر خبر تو کتنی چاہتے تھی۔“

”احمد حسین نے خبر کیوں نہیں کی۔۔۔۔؟“

”ہاں خبر کیوں نہیں کی۔۔۔۔؟“

بوڑھے پھر سوالوں میں کھو گئے۔ بڑھاپے سے

ابھرتے بہت سارے سوالوں پر کسی جواب کی مہر نہیں

لگائی جاسکتی۔

اس نے ایسا کیوں کیا؟

کیوں نہیں کیا۔۔۔۔؟

نہ اعضاء ہی سلامت رہتے ہیں نہ شعور باقی رہتا ہے۔

”ہاں اب سوال یہی ہے کہ عید کے روز ہمیں اچانک

ایک ساتھ جا کر اُسے حیران کر دینا ہے کہ بوڑھے صرف

تم ہی نہیں ہم بھی ہیں اور آخری عید کیوں۔۔۔۔ جب اس

شہر میں ہیں، تو بہت ساری عیدیں ابھی ساتھ ساتھ

ہی منائیں گے۔۔۔۔!“

حمید بھائی کے ساتھ ساتھ تمام بوڑھی آنکھوں میں

چمک جاگ اٹھی۔

قمر بھائی نے آہستہ سے کہا۔۔۔۔ ”ہم میں اب تک

کتنا جوش ہے یاد جبکہ ہم میں سے تقریباً سبوں کو ریتاز

ہوئے دس سال گذر چکے ہیں۔ گورنمنٹ سمجھتی ہے کہ

ساتھ سال کی عمر میں آدمی بوڑھا اور ناکارہ ہو جاتا ہے اور

ایک دو سال میں موت اُچک لیتی ہے۔ ہم نے ایک ساتھ

گورنمنٹ اور موت دونوں کو بھیگا کو بھیگا مارا ہے۔۔۔۔“

”ہم میں سے ہر آدمی ابھی دس سال اور زندہ رہے

گا۔۔۔۔“ صبح نے جوشیلی آواز میں کہا۔

بوڑھی آنکھیں ذرا دیر کو روشن ہو گئیں۔ پھر عزیز

بھائی اندر گئے۔ کچھ میٹھا نمکین لے آئے۔ خود ہی چائے

بنائی۔ سب کو پیش کی۔ اس طرح بوڑھوں کی یہ محفل

برخواست ہو گئی اور یہ بات طے پائی کہ عید کی نماز سے

فارغ ہو کر دو گھر رکشے پر سوار ہو کر احمد حسین کے گھر

اگلی بیتال

(10)



گزشتہ قسطوں کا خلاصہ: کچھ عرصہ پہلے ہماری ملاقات شہاب صاحب سے ہوئی، جو ایک پڑھ لکھے معزز تجارت پیشہ شخص ہیں، ماورائی علوم و ٹیلی بیٹھی اور جنات کے وجود کے موضوع پر ہم دونوں کے خیالات اور ذوق مشترک تھے، جو ہماری دوستی کا باعث بنے.... شہاب صاحب نے ہمیں بتایا کہ ان کی جنات سے دوستی ہے اور کئی مرتبہ کاروباری مشکلات سے نکلنے اور کاروبار کی ترقی میں ان کے دوست جنات کی مدد شامل رہی اور کئی مرتبہ انہوں نے بھی جنات کی مدد کی۔ میرے استفسار پر انہوں نے بتایا کہ جنات کے ایک معزز خاندان کا نوجوان زالم، کراچی میں رہنے والی ایک دو شیرہ عیشال پر بُری طرح مر مٹا، دونوں گھرانوں کے والدین اس بات سے پریشان تھے، چنانچہ انہوں نے میری مدد طلب کی لیکن چند شیطانی عمل کرنے والے آدمیوں کی وجہ سے ان کو مشکل پیش آئی۔ شہاب صاحب نے ہمیں جو قصہ سنایا وہ کچھ اس طرح سے ہے: ”کراچی کے صنعت کار سلیم احمد اپنے کارخانے میں لگنے والی آگ کی وجہ سے کروڑوں روپے کے موقوفہ ہو گئے تھے۔ ان کی بیٹی عیشال اس وقت کالج میں پڑھ رہی تھی، جس کی شادی کی ذمہ داری ابھی ان کے اوپر تھی۔ انہوں نے اپنی

مرکزی خیال: ڈاکٹر وقار یوسف عظمیٰ، تحریر: راشد ندیر، مکالمے: جمیل احمد خان

سے رہ گئے پانچوں بوڑھے۔

”یہ اپنا احمد حسین ہے....“

جسم میں لرزہ سا طاری ہوا۔ تیز قدموں سے سب آگے بڑھے۔ پھر اپنی اپنی جگہ جیسے بت ہو گئے۔ احمد حسین کی آنکھیں خلاء میں دیکھ رہی تھیں۔ سرانے کالی بلی بیٹھی تھی جو دیکھتے ہی بھاگ کھڑی ہوئی۔ ٹیبل پر جلتی ہوئی اگر بتی کی راگھ پڑی تھی۔

”احمد حسین نہیں رہا!“

حمید کی بوکھلائی ہوئی آواز غزدہ ماحول میں لرزا اٹھی، سمجھائی نے کانپتے ہاتھوں سے دوست کے چہرے کو بغور دیکھتے ہوئے چہرے پر چادر کھینچی.... پھر سب کے سب کانپتے ہوئے نیم مردہ وجود کے ساتھ زمین پر بت بن کر بیٹھ گئے جیسے اپنے ہوش و حواس بحال کر رہے ہوں.... کمرے سے وحشت ٹپک رہی تھی۔ کافی دیر بعد عزیز بھائی نے بھڑیلوں سے جھانکتی بدحواس بوڑھی آنکھوں میں دیکھتے ہوئے کہا:

”عید کا دن احمد حسین کے لیے خوش قسمت ثابت ہوا ہے۔ لگتا ہے آج صبح ہی اس کی موت ہوئی ہے۔ جلتی ہوئی اگر بتی کی راگھ اس بات کی گواہ ہے کہ مرنے والے کو اپنی موت کا احساس ہو گیا تھا۔ اس نے خود ہی اگر بتی جلائی اور چادر اوڑھ کر سو گیا۔ خوش قسمت تھا احمد حسین کہ اُسے سہارا دینے کے لئے ہم آگئے ہیں مگر....“

بوڑھی آواز کمرے کی دیرانی میں تھر تھرا اٹھی....

”سوال یہ ہے کہ ہمارے لئے کون آئے گا.... کون آئے گا....؟“

بوڑھی آنکھیں ڈبڈبائی تھیں۔ پھر پانچوں بوڑھے مضطرب قدموں سے باہر نکل آئے۔

آخری سفر کی تیاری جو کرنی تھی.....!

کے لئے روانہ ہو جائیں گے۔

پرانے روشن دنوں کی یاد تازہ کرتے ہوئے باقی چاروں بوڑھے، جھٹکے ہارے قدموں سے اپنے اپنے گھر کی جانب روانہ ہو گئے۔

اور یہ عید کی دوپہر کا قصہ ہے جب پانچوں بوڑھے ایک خستہ سے مکان کے دروازے پر رکشہ سے اتر رہے تھے۔ رکشے والے کو پیسہ تھمتاے ہوئے حمید نے اپنی خشخشی داڑھی پر ہاتھ پھیرتے ہوئے کہا....!

”پتہ نہیں احمد حسین اب کیسا ہوگا۔ بچپانے کا بھی یا نہیں....؟“

”اس کی شادی بھی تو ہوئی تھی۔ ہم میں سب سے بوڑھا وہی ہوگا۔“

حمید بھائی نے پچکا سا قبضہ اچھالا۔ پھر ایک ساتھ سب کے ہاتھ دروازے پر دستک کے لئے اٹھ گئے۔ عزیز الدین نے دستک کے ساتھ صدا بھی لگائی۔

”احمد حسین ہم ہیں....!“

عید کی صبح میں بارش سے نہائی ہوئی جان پڑ رہی تھی۔ آسمان پر ابر چھایا ہوا تھا۔

”اندر کوئی نہیں ہے کیا....؟“

بوڑھی آنکھوں میں تشویش کی لہر جاگ اٹھی۔

”دروازہ تو کھلا ہے۔ احمد حسین کو اندر ہونا چاہیے۔“

حمید بھائی نے رائے دی۔

”اکیلا آدمی ہے۔ دستک کیا دینا ہے۔ چلو اندر چلو۔“

کہیں گیا بھی ہوگا، تو آجائے گا۔“

پھر پانچوں بوڑھے کھلے دروازے سے اندر داخل ہو گئے۔ اندر گہرا سا ٹپچلا ہوا تھا۔ دیوار سے خوفناک آنکھیں جھانک رہی تھیں۔ سامنے ایک کمرہ تھا اور کمرے میں بستر پر....!

بوڑھے جسم میں جیسے کسی نے نشتر اتار دیا ہو۔ سن

اہلہ جیلہ بیگم سے مشورہ کیا کہ اپنا مکان اور دیگر جائیداد کو قرضہ اُتار جائے، جیلہ بیگم نے سلیم احمد سے کہا کہ جیلہ ایک وکیل دوست ناظم بھائی سے مشورہ کر لیا جائے۔۔۔ ناظم بھائی نے سلیم احمد کے فیصلہ کو درست مانتے ہوئے مشورہ دیا کہ اس مکان کو بیچ کر کوئی سستا مکان لے لیا جائے۔۔۔ دوسرے عیشال کالج کے پارک میں بیٹھی تھی جب اس نے محسوس کیا کہ کال کا ایک لڑکا مسلسل اسے گھور رہا ہے۔ اس نے اس طرف دھیان نہیں دیا۔ تھوڑی دیر بعد دیکھا وہ لڑکا وہاں سے غائب ہو گیا تھا۔ دوسرے دن لاہور میں بھی عیشال نے کتاب کی ورق گردانی کرتے ہوئے کھڑکی کی جانب دیکھا تو وہی لڑکا اسے گھورتا نظر آیا۔ عیشال وہاں سے ہٹ گئی لیکن اس کے ذہن میں سوالات ابھر رہے تھے کہ یہ کون ہے۔۔۔؟ اور کیا چاہتا ہے۔۔۔؟

اسی قصے میں شیطانی عمل کرنے والے افراد کے کردار بھی موجود ہیں۔ ایک چیلے نے اپنے کرو کے چروٹوں میں کسی برس اس لیے گزار دیے کہ وہ جادو اور جنات پر قابو پانے کا عمل سیکھ سکے، ماورائی طاقت حاصل کر سکے، شیطانی عمل کرنے والے گرو نے اپنے چیلہ کی ہمت بندھاتے ہوئے کہا کہ جادو سیکھنے اور ہتھی حاصل کرنے کے لیے اسے شیطانی کی پوجا کرنی ہوگی اور جنات کو قابو کرنے کا چاب بہت مشکل اور خطرناک ہے۔ گرو چیلے کو اپنی شیطانی ہتھی منتقل کرنے کے بارے میں ہدایت دیتا ہے۔ سلیم احمد اپنے نئے بیگم میں منتقل ہو جاتے ہیں، جہاں کچھ حیران کن واقعات رونما ہوئے۔ گرو اور چیلہ کراچی چلے آتے ہیں تاکہ وہاں ایک شیلی کے درمیان رہتے ہوئے جن کو قابو کیا جاسکے۔ سلیم احمد کے نئے مکان میں ان کی بیٹی عیشال کے کمرے سے ایک جانی پہچانی خوشبو آ رہی تھی۔ جیلہ بیگم بھی یہ خوشبو محسوس کر رہی تھیں۔ عیشال اپنے کمرے میں بے ہوش ہو جاتی ہے۔ جیلہ بیگم بیٹی کی حالت دیکھ کر تشویش اور خوف میں مبتلا ہو جاتی ہیں اور وہ بھی چیخ مار کر بے ہوش ہو جاتی ہیں۔۔۔۔ شہاب صاحب نے راشد کی ملاقات ایک بزرگ سے کروائی، راشد نے شاہ صاحب سے جن کو دیکھنے کی فرمائش کر ڈالی۔ شاہ صاحب نے ان دونوں کو آئندہ جمعرات کو اپنے آستانہ پر آنے کے لیے کہا۔ شاہ جی ایک لڑکی سے جن اُتارنے کی کوشش کرتے ہیں۔ دوسری طرف عیشال زائِم کی محبت میں گرفتار ہو جاتی ہے۔ زائِم عیشال کو دانیال سے ہوشیار رہنے کا مشورہ دیتا ہے۔ دوسری جانب سلیم احمد چاند میاں کو چوکیدار رکھ لیتے ہیں۔ جیلہ بیگم عیشال کے رویے سے پریشان رہنے لگی تھیں، چاند میاں کو ایک بوڑھا فقیر ایک سفوف دیتا ہے اور کہتا ہے کہ اسے سورج ڈھلنے سے پہلے اسٹور کے فرش پر چھڑک دینا۔ دوسری جانب سلیم احمد دانیال سے ملاقات کرتے ہیں، عیشال پڑھائی کو خیر باد کہہ دیتی ہے۔ دوسری جانب دانیال عیشال سے شادی کا اقرار کر لیتا ہے اور عیشال کے رشتے کے سلسلہ میں وہ اپنے اکل کے ساتھ آتا ہے۔ اُسے دیکھتے ہی عیشال کے چہرے کا رنگ بدل جاتا ہے۔۔۔۔

عیشال دانیال سے شادی کرنے پر رضامند نہیں ہوتی۔ دوسری جانب گرو چیلے کو شیطانی کے مشن سے آگاہ کرتا، دوسرے عیشال کی محبت زائِم سے بہت بڑھ جاتی ہے۔ سلیم احمد اپنے گھر آئی ہوئی بیٹی کی باتوں سے فکر مند ہو جاتے ہیں۔

قسط نمبر 10

انٹینی خود پرستی کے ساتھ ساتھ انسانوں کے لیے غلبہ! گرو نے اپنی خوفناک آنکھیں گھماتے ہوئے کہا۔ نقصان وہ دوسرے ذرائع کیا ہیں۔

”جی گرو۔۔۔ یقیناً ایسے آدمی کو بے حس اور ظالم ہی کہا جائے گا بلکہ ایسا آدمی تو قاتل بھی ہو سکتا ہے۔“

”دواؤں، غذاؤں میں ملاوٹ کرنے والا اپنے اس گھٹیا فعل کی وجہ سے کسی کی موت کا سبب بن جائے تو وہ قاتل ہی کہلائے گا۔“

مگر تو یہ دیکھ کہ دولت کی لالچ انسان کو کس طرح اندھا کر دیتی ہے کہ وہ اپنے چند کلوں کی خاطر دوسروں کی زندگیوں سے کھیلنے کے لیے بھی تیار ہو جاتا ہے۔

”لعلت ہو ایسے برے انسانوں پر۔۔۔۔“

”اوشیطان کے چیلے!۔۔۔۔ بڑے انسانوں پر لعنت مت بھیج، گندے کام کرنے والے انسانوں سے تو شیطانی بہت پیار کرتا ہے۔“

”معافی چاہتا ہوں گرو۔“

”دولت کے ذریعے۔ شیطانی چاہتا ہے کہ اس کی پسندیدہ راہوں پر چلنے والے انسانوں کا ایک طبقہ دولت سے مالا مال ہو اور یہ دولت صرف ان مخصوص لوگوں میں ہی رہے۔ شیطانی چاہتا ہے کہ انسان دولت کمانے کے لیے بے حسی اور بے حیائی اختیار کر لیں۔“

”بے حسی اور بے حیائی۔۔۔؟ گرو میں سمجھا نہیں۔“

”انسانوں کو دولت کی لالچ اور ہوس میں اس طرح جکڑ دیا جائے کہ پھر وہ اپنی ہوس پوری کرنے کے لیے ہر بڑے سے اکام کرنے کو بخوٹی تیار ہو جائیں۔“

کاروباری معاملات میں جھوٹ بولنا، کم تولنا، ملاوٹ کرنا، بازار میں مصنوعی قلت پیدا کر کے دولت کماتا بھی اسی زمرے میں آتے ہیں۔“

”گرو۔۔۔۔ یہ تو ٹھیک ہے کہ یہ کام بہت برے ہیں لیکن ان کاموں میں بے حسی اور بے حیائی والی کیا بات ہے۔۔۔۔؟“

”کسی کو جان بوجھ کر نقصان پہنچانا بے حسی نہیں تو اور کیا ہے۔“

دیکھ!۔۔۔ دولت کی لالچ میں آکر کوئی آدمی دواؤں میں، کھانے پینے کی چیزوں میں ملاوٹ کرتا ہے۔ اس کا یہ قابل نفرت اور گھٹیا عمل سینکڑوں ہزاروں لوگوں کی صحت اور جان کے لیے خطرات کا سبب بنتا ہے۔ لالچی آدمی یہ سب جاننے کے باوجود ملاوٹ کرتا ہے تو ایسے آدمی کو لوگوں کیا کہیں گے۔“

”زمین کے وسائل پر قبضہ کر لینے کی ہوس۔ ان جنگوں کی وجہ دراصل دولت کی لالچ ہے۔ یہ جنگیں قوم کے اعلیٰ ترین لوگوں کی اجازت اور بہترین منصوبہ بندی کے ساتھ شروع ہوتی ہیں۔“

”جی گرو۔۔۔۔“

”یہ لوگ اپنی قوم کے بہت عزت دار لوگ ہوتے

ہیں، یعنی پارسا ہوتے ہیں۔“
”جی گرو۔“

”یہ مہذب اور پارسلوگ محض دولت کی لالچ میں آکر کمزور قوموں پر غلبہ حاصل کرنے کے لیے جنگوں کا حکم دیتے ہیں۔ لاکھوں کروڑوں انسانوں کے قتل کا اور شہروں کی تباہی و بربادی کا سبب بنتے ہیں۔“
”جی گرو۔“

”انسانوں میں ہونے والا ہر قتل ناحق شیطان کے لیے خوشی کا سبب بنتا ہے۔ اب یہ قتل خواہ ملاوٹ کی وجہ سے ہو یا دوا انسانوں کے درمیان کسی رقابت کی وجہ سے ہو یا جنگوں کی وجہ سے ہو۔“

”گرو ایک سوال پوچھوں....“
”میں جانتا ہوں کہ تو کیا سوچ رہا ہے۔“
”آپ مہمان ہیں گرو!“

”تو یہی سوچ رہا ہے تاکہ کہیں تجھے بھی کسی کو قتل کرنے کا حکم نہ دے دیا جائے۔“

”بالکل یہی بات گرو۔ میں یہی سوچ رہا تھا۔“
”ایسا کبھی نہیں ہوگا۔ ہم شیطان کے پیروکار ہیں۔ برائی پھیلانا ہمارا کام ہے۔“

شیطان نے ہمارا طریقہ کار یہ مقرر کیا ہے کہ ہم انسانوں کو برائی کے لیے اکساتے ہیں۔ ہم خود اس برائی میں ملوث نہیں ہوتے۔ ہم برائی پھیلاتے ہیں۔ ہم انسانوں کو آپس میں لڑائی جھگڑوں پر اکساتے ہیں، ہم خود ان کے ساتھ نہیں لڑتے۔ ہمارا کام تو انسانوں کو بھٹکا کر مزے سے تماشہ دیکھنا ہے۔“

”انسان اتنا عقلمند ہے۔ علم رکھتا ہے۔ پھر وہ اتنی آسانی سے بھٹک کیسے جاتا ہے....؟“

”اس کی سب سے اہم وجہ یہ ہے کہ نفس کا غلبہ انسان کی عقل سلب کر لیتا ہے۔“

شیطانی مشن یہ ہے کہ انسانوں میں لالچ اور ہوس کو ابھارا جائے۔ انسان دولت و اختیار کی لالچ میں.... اور جسموں کی ہوس میں مبتلا ہو جائے تو.... پھر شیطان کو کچھ اور کرنے کی ضرورت نہیں رہتی۔ باقی کے کام ایسے انسان خود کرنے لگتے ہیں۔“
”اچھا گرو....!“

”ہاں.... اور بعض انسان تو ایسے ایسے برے کام کرتے ہیں جن کے بارے میں خود شیطان نے بھی نہیں سوچا ہوتا۔“

”واقعی گرو.... انسان کیسی عجیب مخلوق ہے۔“
”ہاں.... اچھائی پر آئے تو فرشتے اس کے دامن پر عبادت کرنے لگیں اور برائی پر اتر آئے تو شیطان بھی اس سے پناہ مانگے۔“

”گرو ایک سوال اور پوچھوں۔“
”ہاں پوچھیے!“

”انسان کی زیادہ بڑی کمزوری کیا ہے۔ جنس کا غلبہ یا دولت کی لالچ....؟“

”لالچ.... دولت کی لالچ۔“
شیطان نے زیادہ تر اسی کمزوری کا فائدہ اٹھاتے ہوئے انسانوں پر غلبہ پایا ہے۔ شیطان چاہتا ہے کہ برے ذرائع سے دولت کمائے کی خوب حوصلہ افزائی کی جائے۔“

”وہ کس طرح گرو۔“

”شیطان نے جوئے، شراب، رشوت، سود اور اسی طرح دوسرے کئی برے کاموں کے ذریعے دولت کی فراہمی کو انسانوں کے لیے خوش نمائند پایا ہے۔ شیطان کے فریب میں آئے ہوئے انسانوں نے برے طریقے خود ہی وضع کر لئے ہیں۔“

”گرو یہ باتیں بہت گہری ہیں، انہیں سمجھنے کے لیے بڑا دماغ چاہیے۔“

”شیطان کے کبھی پیاریوں کو اپنے دشمن یعنی انسان کی کمزوریوں، غلطیوں اور کوتاہیوں کا خوب علم ہونا چاہیے۔ مگر تو آج کب تک سوال کرتا رہے گا۔ اب میں تجھ سے سوال پوچھتا ہوں۔“
”حکم گرو۔“

”تو عیدیشال کے ماں باپ میں لڑائی کروا سکتا ہے....؟“

”گرو، وہ دونوں ایک دوسرے سے بہت محبت کرتے ہیں ان کا گھر تو جیسے جنت کا نمونہ ہے۔“

”میاں بیوی کی محبت اور اخلاص کی وجہ سے جو گھر جنت کا نمونہ بن جائیں وہ شیطان کی نظروں میں کھٹکنے لگتے ہیں۔ شیطان تو میاں بیوی میں جھگڑے ڈلا کر خوش ہوتا ہے۔ اس کے لیے شیطان کئی ہتھیار استعمال کرتا ہے۔“

میاں بیوی ہوں، والدین اور اولاد ہوں، بہن بھائی ہوں، اچھے دوست ہوں، مضبوط رشتوں اور اچھے تعلقات میں دراڑ ڈالنے کے لیے شیطان حسد، شک اور بدگمانی کے ہتھیار استعمال کرتا ہے۔“

”یہ خیال تمہارے ذہن میں کیسے آیا....؟“ سلیم احمد نے تھوڑے سے توقف کے بعد پوچھا۔

”جب سے وہ بڑی بی بی مل کر گئی ہیں.... تب سے ہی یہ بات میرے دل میں کھٹک رہی ہے.... آپ یاد کریں!.... انہوں نے کیسے بات پٹی تھی.... آپ نے محسوس کیا تھا....؟“

”ہاں....“ وہ بولے ”لگ تو کچھ ایسا ہی رہا تھا.... لیکن یاد.... وہ کیا چھپا رہی ہوں گی....؟“

”یہ تو اُن سے دوبارہ مل کر ہی معلوم کیا جاسکتا ہے....“ جیلہ بیگم پر خیال انداز میں بولیں۔

”لیکن اب انہیں کہاں ڈھونڈنا جائے....؟“

”کسی قریبی کا لونے کا بتا رہی تھیں وہ....“
”ہاں.... وہ تو میں نے بھی سنا تھا.... چلو.... دیکھتے ہیں.... میں اُن کا کھوج لگانے کی کوشش کروں گا.... یہ کام ہے تو کافی مشکل.... باقی اللہ مالک ہے.... اور اب سوچاؤ.... کافی رات ہو چکی ہے....“

”روحانیت کے اسرار کو سمجھنے اور روحانی علوم سیکھنے کے لیے دنیاوی تعلیم کی نسبت زیادہ اہتمام کرنا پڑتا ہے۔“

شاہ جی نے بہت شفقت سے کہا۔
”حضرت....! کوئی شارٹ کٹ نہیں۔“
ان کی شفقت سے فائدہ اٹھاتے ہوئے میں کچھ بے تکلفی پر اتر آیا۔

”شارٹ کٹ یقیناً ہیں مگر ان میں خطرات بہت زیادہ ہیں۔ روحانی علوم میں شارٹ کٹ کی تلاش میں جانے والے اکثر لوگ شیطان کی چالوں میں آکر گمراہی کا شکار ہو گئے۔“

”حضرت....! کیا روحانیت کی راہ پر چلنے والوں پر بھی شیطان کا وار چلتا ہے؟“....

”بالکل۔ اس راہ پر چلنے والوں کو تو عام لوگوں کی نسبت شیطان سے محتاط رہنے کی بہت زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔“
”شیطان کی چالوں سے اور اس کے شر سے بچنے کے لیے کیا کیا جائے....؟“

”اللہ تعالیٰ سے مدد مانگی جائے۔ دعا کی جائے کہ اللہ ہمیں شیطان کی چالوں سے اپنی پناہ میں رکھے اور حفاظت میں رکھے۔“

آمین
”آمین“

”آمین“

شاہ جی کی یہ بات ہم سب کے لیے ان کی طرف سے دعا تھی اس لیے کمرے میں موجود سب حضرات نے آمین کہا۔ اس کے ساتھ ساتھ شاہ جی کی اس بات کو میں نے اپنے لیے نصیحت بھی سمجھا۔ میں نے اللہ تعالیٰ سے یہ دعا بھی کی کہ مجھے اس نصیحت پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرما۔ میں جنوں سے ملاقات کے شوق میں شاہ جی کے پاس آیا تھا۔ شوق اپنی جگہ برقرار تھا مگر اب مجھے اپنے سامنے کئی نئے چرائے جملے ہوئے بھی محسوس ہو رہے تھے۔

شاہ جی دو زانو بیٹھے ہوئے تھے، میں نے اپنا سر بے ساختہ شاہ جی کے گھٹنوں پر رکھ دید۔ اس لمحے مجھے ایسا محسوس ہوا جیسے میں اپنی ماں کی گود میں ہوں۔



ثروٹی نے ایک مرتبہ پھر اپنے ٹوٹے ہوئے دل کو سنبالنے کی ہمت باندھی.... اور عیشال کے گھر کی طرف چل پڑی۔

جہاں اسے اپنی دوستی کا خیال تھا، اب اسی دل میں دانیال سے ہمدردی بھی پیدا ہو گئی تھی۔

جیلہ بیگم حسب معمول بڑے تپاک سے تو ملیں لیکن ان کا چہرہ بتا رہا تھا کہ وہ کسی پریشانی میں ہیں، کبھی کبھی سی آنکھیں، اور اس چہرہ اور پسیکی سی مسکراہٹ نے ثروٹی کو تشویش میں مبتلا کر دیا:

”کیا وہ ابھی تک نہیں سدھری آئی....؟“ ثروٹی کے منہ سے نکلا ”اس نے اب بھی آپ لوگوں کو پریشان کر کے رکھا ہوا ہے....؟“

”کیا بتاؤں ثروٹی!“ جیلہ بیگم نے ٹھنڈی سانس لی ”دن بدن اس کی ذہنی حالت بدلتی ہی جا رہی ہے.... تمہارے انکل نے ایک سائیکالوجسٹ سے بھی رابطہ کر لیا ہے.... دیکھو کیا ہوتا ہے....!“

”اوہ....“ ثروٹی کے منہ سے نکلا۔ پھر وہ کچھ سوچ کر

بولی ”آئی.... اگر آپ برائیاں نہیں تو.... آپ کو ایک مشورہ دوں....؟“

”ہاں.... بولو بیٹی.... تم جو بات کرو گی.... وہ اچھائی لیے ہوئے ہو گی.... اس میں برا کیا ماننا....؟“

”ٹھیک ہے آئی.... میں ذرا عیشال سے مل لوں.... پھر آپ کو بتاتی ہوں.... وہ ہے کہاں....؟“

”کمرے میں ہو گی اپنے.... اور کہاں جائے گی....!“ جیلہ بیگم اُداس لہجے میں بولیں۔

”او کے آئی.... میں ابھی اُسے کمرے سے باہر نکالتی ہوں....“ ثروٹی نے ہلکی سی مسکراہٹ چہرے پر سجا کر کہا اور اٹھ کھڑی ہوئی۔

جیلہ بیگم اُسے جاتے ہوئے دیکھ رہی تھیں، جلد ہی وہ عیشال کے کمرے کے سامنے کھڑی تھی۔

اس نے دروازہ پر دستک دی، اور اُسے آواز دی.... کوئی جواب نہ پا کر اُس نے دروازہ کھولا اور جھٹ سے اندر داخل ہو گئی۔

کمرہ خالی تھا، عیشال وہاں نہیں تھی، ثروٹی نے اپنی بھنوں میں اچکا میں:

”کہاں گئی....؟“ وہ بڑبڑا کر خود سے بولی ”آئی تو کہہ رہی تھیں کہ کمرے سے نکلتی ہی نہیں ہے....!“

پھر وہ باہر نکل آئی تھی اور عیشال کی تلاش میں سب جگہیں دیکھ ڈالیں مگر عیشال ہنوز لاپتہ تھی۔

اب صرف یہ اسٹوری باقی تھا، جو ثروٹی کی نظروں سے محروم رہ گیا تھا۔ لگے ہاتھوں اس نے اسٹور کا دروازہ بھی کھول ڈالا.... اور پھر.... مسکور کن خوشبو کا ایک جھوٹکا اس کی شانم سے ٹکرایا۔ اسٹور کے اندر کا منظر دیکھ کر تو اس کی آنکھیں حیرت سے کھینچی کی پھٹی رہ گئیں۔ ایک عجیب سی سنسنی اس کے جسم میں دوڑ گئی۔



یہ تھی جو چھوٹی سی کالونی.... لیکن کسی لاپتہ انسان کو ڈھونڈ لینا کوئی آسان کام تو نہیں تھا۔

کافی دیر کی تنگ و دو اور دوڑ دھوپ کے بعد ایک دودھ والے کی باتوں سے سلیم احمد کے دل کو تھوڑی سی تسلی ملی۔ وہ جیش میں کسی پہلو ان سے کم نہیں تھا۔ کچھ دیر سوچنے کے بعد اپنی بھاری سی گردن ہلا کر بولا تھا:

”ہاں صاحب....! آپ کے بتائے ہوئے حلے کی ایک ماں بی ہیں تو.... ان کو سب اسی نام سے بلاتے ہیں.... میں ان کے گھر پر روزانہ کا دودھ پہنچاتا ہوں....“

پرلی گلی میں.... کون سے دوسرا مکان اُن ہی کا ہے.... “

”ٹھیک ہے....“ سلیم احمد سر ہلا کر بولے ”تمہارا بہت بہت شکریہ....“

”اور کوئی خدمت صاحب....؟“ وہ خندہ پیشانی سے بولا۔

سلیم احمد نے مسکرا کر سر کو جنبش دی اور آگے بڑھ گئے، جلد ہی وہ مطلوبہ مکان کا دروازہ کھٹکھٹا رہے تھے۔

تھوڑی ہی دیر بعد قدموں کی چاپ سنائی دی، پھر دروازہ کھلا اور سلیم احمد کی محنت رنگ لے آئی، سامنے وہی بڑی بی کھڑی تھیں۔

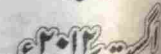
انہیں غور سے دیکھنے کے بعد بڑی بی کے چہرے پر بھی شاماسی اور حیرت کے طے جلے آثار دکھائی دیے۔

”السلام علیکم....!“ سلیم احمد نے فوراً سلام کیا ”السلام علی.... آپ نے پہچاننا مجھے....؟“

”ہاں.... بیٹا.... وعلیکم السلام....“ وہ اپنے چشمے کو درست کرتے ہوئے بولیں ”خیریت تو ہے نا بیٹا....؟“

”آپ.... یہاں....؟“ اسی وقت بڑی بی کے عقب سے ایک اور چہرہ ابھرا:

”کون ہے ہاں جی....؟“ یہ جوان العمر عورت شاید اُن کی بہو تھی۔



”اندرا آجاؤ بیٹا....!“ بڑی بی نے اُن سے کہا۔ پھر مڑ کر اپنی بہو سے سرگوشی کے انداز میں کچھ بتانے لگیں۔

”نہیں ماں جی....“ سلیم احمد نے جواب دیا ”میں یہیں ٹھیک ہوں.... بس مجھے ایک سوال کا جواب دے دیں۔“

”پوچھو بیٹا.... کیا بات ہے....؟“ بڑی بی کے انداز میں ملامت تھی۔

اُن کی بہو بھی غور سے ان ہی کی طرف دیکھ رہی تھی۔

”اور ہاں....“ بڑی بی چو نکلیں ”آپ کو ہمارا پتہ کیسے ملا....؟“

”کافی تلاش کرنے کے بعد....“ وہ مسکرائے ”اوہ....“ بڑی بی کے منہ سے نکلا ”ایسی کیا بات تھی بیٹا کہ تم نے اتنی دودھ چوپ جمع رکھی....؟“

”مجھے اپنے مکان کے بارے میں آپ سے معلوم کرنا تھا....“ سلیم احمد نے غور سے اُن کی طرف دیکھتے ہوئے اچانک ہی کہا ”میں ایسا محسوس ہو رہا ہے کہ آپ اس دن کوئی بات بتاتے بتاتے ڈک گئی تھیں.... کوئی ایسی بات.... جس کا تعلق اس مکان سے ہے....“

ان جملوں نے اچانک ہی بڑی بی کے چہرے پر سنجیدگی طاری کر دی۔ پھر انہوں نے ایک طویل سانس لی اور سلیم احمد کی طرف دیکھ کر بولیں:

”اندرا آجاؤ بیٹا.... میں تمہیں بتاتی ہوں.... آؤ....!“



اُسے یقین نہیں آ رہا تھا کہ جو منظر وہ دیکھ رہی ہے وہ حقیقت ہے یا کوئی خواب ہے....

اسٹور میں جہاں قاتل سامان رکھا ہوا تھا وہیں فرش پر عیشال آلتی پالتی مار کر اس حالت میں بیٹھی ہوئی تھی کہ

105

اس کی آنکھیں بند تھیں، گردن آہستہ آہستہ بل رہی تھی، بال ماتھے پر لہرا رہے تھے۔ اس کا چہرہ بالکل سپاٹ تھا۔

ثریٰ منہ کھولے ہوئے گویا سکتے کی حالت میں اُسے دیکھتی رہ گئی، اس نے عیشال کو آواز دینی چاہی، لیکن زبان نے ساتھ نہ دیا۔

اور پھر یکدم ہی اُس پر انجانا سا خوف سوار ہو گیا۔ یہ سب کچھ اتنا عجیب تھا کہ وہ بوکھلا کر بیٹنی اور اسٹور سے باہر نکل آئی۔

اب وہ تقریباً دوڑتی ہوئی جیلہ بیگم کے کمرے کا رخ کر رہی تھی۔

”آئی.... آئی....!“ وہ دور سے ہی آوازیں لگانے لگی۔

آخر کار اس نے اُن کے کمرے میں ہی پہنچ کر دم لیا۔ جیلہ بیگم بیڈ پر نیم دراز تھیں۔ اُسے دیکھ کر گھبرا اٹھیں۔

ثریٰ کا سانس دھونکتی کی طرح چل رہا تھا۔

”کیا ہوا ثریٰ....؟ کیا ہوا....؟“ جیلہ بیگم پریشان ہو گئیں۔

”آپ.... آپ آئیں میرے ساتھ.... جلدی کریں.... ثریٰ نے بدقت تمام کہا۔

”ہوا کیا؟“ ہوا کیا؟“ انہوں نے پوچھا۔

”آپ چلیں.... عیشال اسٹور میں بیٹھی ہے....“

”اسٹور میں....؟“ جیلہ بیگم نے اُلجھے ہوئے انداز میں پوچھا۔ ”وہ.... وہاں کیا کر رہی ہے....؟“

وہ ثریٰ کے ساتھ باہر نکل آئیں۔ ثریٰ نے جلدی جلدی انہیں تفصیل بتائی، جسے سن کر وہ اور بھی پریشان ہو گئیں۔

”یہ.... یہ تم کیا کہہ رہی ہو....؟“

وہ دونوں اب اسٹور کے دروازے تک پہنچ

چکی تھیں۔

”آپ خود دیکھ لیں....“ یہ کہہ کر ثریٰ نے دروازے کو دھکا دیا اور بڑڑا کر بولی ”یہ اس وقت کھلا ہوا تھا....“

جیلہ بیگم نے شاید دوسرا جملہ نہیں سنا تھا۔ وہ بے تابی سے اسٹور کے اندر داخل ہو چکی تھیں۔

”یہاں تو کوئی نہیں ہے....“ ثریٰ کے کانوں میں اُن کی آواز آئی۔

یہ سن کر اُس نے اندر جھانکا اور حیران رہ گئی، اسٹور خالی پڑا تھا.... عیشال تو کیا، اس کی موجودگی کا کوئی نام و نشان تک وہاں موجود نہیں تھا۔



سلیم احمد تھوڑا جھجکے، لیکن پھر کچھ سوچ کر اندر داخل ہو گئے۔ بڑی بی بی کو ہانپتی گہری نظروں سے ان کا جائزہ لے رہی تھی۔

دروازے کے ساتھ ہی ایک چھوٹا سا کمرہ تھا، جس کا کل اثاثہ ایک پینٹنگ تھا جو بس تو اسٹیک سے آراستہ تھا، اس کے برابر میں ہی ایک اسٹور موجود تھا اور دہائی کوٹے میں ایک ٹرنک نمائندگی رکھی ہوئی تھی۔

شاید یہ بڑی بی بی کا کمرہ تھا، وہ خود پینٹنگ پر بیٹھ گئیں اور سلیم احمد کو بھی بیٹھنے کا اشارہ کیا، اُن کی بہو اندر جا چکی تھی۔

سلیم احمد نے اسٹول سنبھال لیا:

”بیٹا.... بات یہ ہے....“ بڑی بی بی نے گفتگو کی شروعات کی ”کہ اس دنیا میں ہر قسم کا انسان موجود ہے.... اچھا بھی.... اور برا بھی.... سب کے اپنے اپنے ذہن ہیں اور اپنی اپنی منطقیں ہیں.... جو بات میرے علم میں ہے.... یا جس بات کی میری نظر میں اہمیت ہے.... ضروری نہیں ہے کہ سامنے والا بھی اُسے اہم قرار دے.... تم سمجھ رہے ہو نا میری بات کو....؟“

”جی ماں جی.... میں.... سمجھ رہا ہوں....“ وہ سر ہلا کر بولے۔

”ہیں.... اسی وجہ سے میں اس بات کو چھپا گئی تھی کہ کہیں تم لوگ میرا مذاق نہ اڑانے لگو.... میں اسی لیے خاموش ہو گئی تھی....“

”آپ ہماری بزرگ ہیں....“

سلیم احمد بولے ”ہم بھلا کیوں آپ کا مذاق اڑائیں گے....!“

عین اسی وقت اُن کی بوچھال کے کر آئی:

”ارے.... آپ نے اس کی تکلیف کیوں کی....؟“

سلیم احمد نے بے ساختہ کہا۔

”لو.... بیٹا.... چائے سے کیا ہوتا ہے....“

بڑی بی بی نے کہا۔

چائے کی ایک چمکی لے کر سلیم احمد بولے:

”ہاں ماں جی.... اب آپ بتائیں....؟“

”بات یہ ہے بیٹا....“ بڑی بی بی بولیں ”کہ اس مکان میں.... اثر ہے.... وہاں جنات کا قبضہ ہے....“



لحمہ بھر کے لیے تو ثریٰ بھی بیٹھا گئی، جیلہ بیگم مڑ کر اس کی طرف متوجہ تھیں:

”آئی.... آئی.... ثریٰ بوکھلا کر بولی ”وہ.... یہیں تھی.... اور اور اس حالت میں تھی کہ آنکھیں بند کر کے جھوم رہی تھی.... قسم سے....!“

”کیا کہہ رہی ہو بیٹی....“ جیلہ بیگم نے اُلجھے ہوئے لیکن نرم انداز میں جواب دیا ”یہاں تو کوئی بھی نہیں ہے....“

ثریٰ اب بھی ادھر ادھر نظریں دوڑا رہی تھی۔

”یہی میں بھی سوچ رہی ہوں آئی....“ ثریٰ بڑبڑائی ”اتنی جلدی وہ کہاں چلی گئی.... وہ عیشال

ہی تھی آئی....“

جیلہ بیگم اس کی باتوں کا کوئی جواب دینے کے بجائے بولیں:

”آؤ.... عیشال کے کمرے میں چلتے ہیں....“

”کمرہ خالی تھا آئی.... میں عیشال کو ڈھونڈتی ہوئی تو ادھر آئی تھی۔“ ثریٰ نے جواب دیا۔

”تم آؤ تو.... تمہاری آنکھوں نے ضرور کوئی دھوکا کھایا ہے.... وہ نکلتی ہی نہیں ہے اپنے کمرے سے....“

پھر وہ دونوں عیشال کے کمرے کی طرف آ گئیں۔

جیلہ بیگم نے عیشال کے دروازے پر دستک دی۔

چند لمحوں بعد قدموں کی آہٹ سنائی دی، دروازہ کھلا اور عیشال کا چہرہ دکھائی دیا۔

جیسے ہی اس کی نظر ثریٰ پر پڑی، ہلکی سی مسکراہٹ اس کے ہونٹوں پر تیر گئی:

”اوہ.... تم آئی ہو ثریٰ....!“

ادھر ثریٰ بے چاری کا حال برا تھا.... کچھ دیر قبل جو منظر اس نے اسٹور میں دیکھا تھا، وہ ایک مرتبہ پھر اُس کی آنکھوں کے سامنے لہرانے لگا۔



(جلدی ہے)



اولیاء اللہ کی تعلیمات کو عام کرنے اور مثبت طرز فکر کی ترویج کے لیے

روحانی ڈائجسٹ

کی توسیع اشاعت میں تعاون فرمائیے۔

اپنی ناکامیوں سے سبق سیکھ کر

ایک امریکی صدر نے کہا تھا
”جب مجھے کسی مشکل کا سامنا کرنا پڑتا

کامیابی کا راستہ ہموار کیجیے

ہے تو میں اپنے
سامنے دیوار پر
ابراہیم لنکن کی

اپنے لیے مشتعل راہ بنا کر چلتا ہے کیونکہ یہ تو ہے کہ
دنیا میں کوئی کام بھی ناممکن نہیں۔ کامیابی کی ضد ناکامی ہے
اور ہر انسان ناکامی سے خوف کھاتا ہے، اسے ناپسند کرتا
ہے اور اس سے دور ہوا کرتا ہے۔ کامیابی انسان کو اپنی ذات
کی قبولیت محسوس ہوتی ہے۔ اس کے برعکس ناکامی اسے
اپنی ذات کی تکذیب اور تردید محسوس ہوتی ہے چنانچہ
انسان ناکامی سے دامن بچانا چاہتا ہے اور کامیابی کی محبت
دل میں لیے زندگی بسر کرتا ہے۔

صنّان انصاری

چھوٹی چھوٹی غلطیاں:

کسی داناکا قول ہے:
”چھوٹی چھوٹی غلطیوں سے بچنے کی کوشش کرو کیونکہ
انسان پہاڑوں سے نہیں پتھروں سے ٹھوکر کھاتا ہے۔“
ہماری زندگی میں بھی بہت سی چھوٹی چھوٹی غلطیاں
ایسی ہوتی ہیں جن کو ہم معمولی سمجھ کر نظر انداز
کر دیتے ہیں لیکن یہی چھوٹی غلطیاں ہمیں
بعض اوقات بڑے نقصان سے دو چار
کر دیتی ہیں۔ اکثر لوگ جب کسی کام کا
آغاز کرتے ہیں تو راستے میں آنے والی
مشکلوں سے بچنے کے لیے کوشش
کرتے ہیں کہ ان سے

تصویر کو دیکھ کر سوچتا ہوں کہ اگر ابراہیم لنکن میری جگہ
ہوتا تو وہ اس معاملے کا کیا حل تلاش کرتا، اس طرح میں
اپنی مشکل کا حل تلاش کر لیتا ہوں۔“
ہمارے ارد گرد ایسی بے شمار شخصیات کی مثالیں
موجود ہیں جنہوں نے کامیابی کی جدوجہد میں نامساعد
حالات یا کاکل بھی پروانہ کی، یہاں تک کہ ان کے لیے
ترقی کے راستے ٹھٹھکتے چلے گئے۔

ہمیں اپنے لاشعور کو یہ اہم بات یاد
کرادینا چاہیے کہ اگر کوئی دوسرا شخص
اس مسئلے پر قابو پا سکتا ہے تو ہم کیوں نہیں پاسکتے۔
دوسروں کی کامیابی کو سامنے رکھ کر ایک پر عزم تصویر
بنالیں، تو عمل کی راہ آسان ہو جائے گی کیونکہ ہمارا لاشعور
ذہن پر مبنی ہوئی تصویر سے بہت جلد متاثر ہوتا ہے۔

ہمیشہ اپنی ذات پر اعتماد رکھیں اور کامیاب افراد کو مد
نظر رکھتے ہوئے چلیں تو
کوئی رکاوٹ ہمارے عزم
میں حائل نہیں ہوگی۔
اگر انسان کا ذہن کسی بات
پر آڑ جائے، اس پر ایک عزم
فقد ہو جائے تو وہ اسے مکمل
ہونے تک بے چین رہتا ہے۔

ہمیں کامیاب
لوگوں کی طرح
سوچ کر، انہیں

روحانی ڈائجسٹ بک کلب

ماہنامہ روحانی ڈائجسٹ گذشتہ 32 سال سے اپنے معزز قارئین کی روحانی و علمی خدمات سرانجام دے رہا
ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے وسیع حلقہ قارئین میں زندگی کے ہر شعبے سے تعلق رکھنے والے حضرات و خواتین
شامل ہیں۔ الحمد للہ! روحانی ڈائجسٹ کو اپنے قارئین کا بھرپور اعتماد، محبت اور تعاون حاصل ہے۔ کتاب
دوست قارئین کی مزید خدمات سرانجام دینے کے لیے ادارہ روحانی ڈائجسٹ نے ”روحانی ڈائجسٹ بک
کلب“ قائم کیا ہے۔

روحانی ڈائجسٹ بک کلب کی ذرکت حاصل کرنے والے علم دوست قارئین کے لیے....

✽.... مکتبہ روحانی ڈائجسٹ کے تحت شائع ہونے والی کتب پر 20 سے 25 فیصد تک خصوصی ڈسکاؤنٹ ہوگا۔

✽.... 500 روپے سے زیادہ کی کتب کی خریداری پر ڈاک اور ترسیل کا خرچہ ادارہ روحانی ڈائجسٹ کے ذمے ہوگا۔

✽.... بک کلب کے ہر رکن کو روحانی ڈائجسٹ کی جانب سے مختلف موضوعات پر علمی مواد اور علمی کتابچے
وغیرہ ارسال کیے جائیں گے۔

✽.... بیرون ممالک مقیم ممبر EBook کی صورت میں کتب حاصل کر سکیں گے۔

✽.... اس بک کلب کی رکنیت کی فیس 500 روپے ہوگی۔

جو خواتین و حضرات اس کلب کے رکن بننا چاہیں، وہ مندرجہ ذیل طریقوں سے رابطہ کر سکتے ہیں:

روحانی ڈائجسٹ بک کلب معرفت روحانی ڈائجسٹ 7/ D-11، ظم آباد، کراچی۔ 74600

ٹیلی فون: 021-36688931 (+92)، 021-36685469 (+92)، 021-36606329 (+92)

ای میل: roohanidigest@yahoo.com, digest.roohani@gmail.com



کوئی بڑی غلطی سرزد نہ ہو، جس جگہ غلطی ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے وہ اس جگہ یا اس مرحلے پر پھونک پھونک کر قدم اٹھاتے ہیں تاکہ انہیں کوئی نقصان نہ پہنچے اور جو کام وہ کر رہے ہیں وہ باآسانی پایہ تکمیل تک پہنچ جائے۔ لیکن اس دوران وہ چھوٹی اور بظاہر معمولی نظر آنے والی غلطیوں کو زیادہ اہمیت کو زیادہ اہمیت نہیں دیتے جس کی وجہ سے اکثر کام ایسی جگہ یا مرحلے پر آکر خراب ہو جاتا ہے، جب اس کے مکمل ہونے کے آثار قریب نظر آرہے ہوتے ہیں۔

کرکٹ میچ کے دوران اکثر دیکھنے میں آتا ہے کہ ایک بیٹسمین جو تمام باؤلرز کی گیندوں پر چھکے چوکے لگا رہا ہوتا ہے، تو وہ کمزور باؤلر کو زیادہ اہمیت نہیں دیتا۔ چنانچہ اکثر اس طرح کے بیٹسمین نان ریکورڈنگ باؤلر کو آسان سمجھ کر کھیلتے ہیں اور یہی غلطی انہیں واپس پوٹیلین پہنچا دیتی ہے۔ چھوٹی چھوٹی غلطیوں پر بھی آپ کی نظر ہونی چاہیے اور کوشش کریں کہ ان غلطیوں کا ازالہ فوری ہو جائے تاکہ آپ کسی بڑے نقصان سے بچ سکیں۔

ناکامیوں سے مایوس ہونے کے بجائے ان سے سبق سیکھیں:

ناکامیاں کامیابی کے سفر کا لازمی حصہ ہیں۔ دنیا میں شاید ہی کوئی شخص ایسا ملے جس کی زندگی میں صرف کامیابیاں ہی کامیابیاں ہوں اور اسے ناکامیوں سے کبھی واسطہ نہ پڑا ہو لیکن ہمارے معاشرے کے اکثر لوگ آپ کو ہمیشہ ناکامیوں کا رونا روتے ہوئے نظر آئیں گے۔ دنیا میں جتنے بھی کامیاب لوگ گزرے ہیں ان کی زندگی کے بارے میں مطالعہ کرنے سے یہ نکتہ کھلتا ہے کہ انہوں نے اپنی زندگی کے بڑے فیصلے کسی ناکامی سے دو چار ہونے پر کیے۔ انہوں نے ناکامی کو کبھی حقیقی نہیں سمجھا اور نہ ہی کبھی ناکامی کے سامنے ہتھیار ڈالے بلکہ ناکامی کے بعد اپنی غلطیوں کو درست کیا اور اپنی حکمت عملی تبدیل کرتے

ہوئے محنت، کوشش اور لگن کے ذریعے کامیابی حاصل کی۔ بیشتر لوگ ناکامی کے بعد دوبارہ کوشش تو کرتے ہیں لیکن وہ اپنی ان غلطیوں کا ادراک نہیں کر پاتے اور یہی وجہ ہوتی ہے کہ وہ آئندہ بھی اسی ناکامی سے دو چار ہوتے جاتے ہیں۔ بہتر ہوگا کہ ناکامی کے بعد اپنی غلطیوں کو دہرانے کے بجائے اسے درست کر لیں اور اپنی حکمت عملی تبدیل کرتے ہوئے پھر سے محنت اور کوشش کریں۔

شکست تسلیم نہ کریں:

ڈپریشن نوجوانوں میں بڑی تیزی سے پھیلتا ہوا اور مرض ہے جس نے ہمت، حوصلہ اور عزم کی بڑی تاریکی مثالیں قائم کرنے کے خواہشمندوں کو ریت کی دیوار بنا کر رکھ دیا ہے۔ اس سے نجات کے لیے ضروری ہے کہ مصائب کا مردانہ وار مقابلہ کیا جائے۔ آپ بھی مایوسی کے لہجے کو اتار پھینکیں اور منزل مقصود کو حاصل کرنے کے لیے آخری دم تک کوشاں رہیں۔ اپنے اندر موجود خامیوں کو درست انداز سے سمجھنے کے لیے خود کو وقت دیں۔ یہ بات ہر وقت اپنے ذہن میں دہراتے رہیں کہ ناکامیاں ہی کامیابیوں کے زینے کا کردار ادا کرتی ہیں۔ ہر ضرورت مثبت سوچ اور رویے کو اپنانے کی ہے اور ناکامیوں کو شکست دینے کے عزم کو کی ہے، نہ کہ ذمہ داریوں سے راہ فرار کی۔

دوسروں کی کامیابیوں سے سبق سیکھیں:

کسی داناکا قول ہے: ”انسان غلطیوں سے سیکھتا ہے تجربہ حاصل کرتا ہے۔ اس تجربے کی بنیاد پر کئی کامیابیاں اپنے نام کرتا ہے جنہیں دیکھ کر کئی لوگ آگے بڑھنے کا حوصلہ پاتے ہیں اس لیے غلطیاں کرنے سے گھبرانا تجربے کے لیے ہمیشہ تیار رہو۔“

اس سے ملتی جلتی بات پولینڈ سے تعلق رکھنے والے

ایک سائنسدان میری کیوری نے بھی کہی تھی ان کے مطابق ”دنیا کرنے کی نہیں تجربہ کرنے کی جگہ ہے۔“

عملی زندگی کا تقاضہ یہی ہے کہ ہم دوسروں کی کامیابیوں اور تجربے کو اپنی زندگی کا حصہ بنا کر اپنا راستہ تلاش کریں۔ یہ طریقہ کامیابی کے کافی قریب لے جاتا ہے جس میں غلطیوں کا احتمال بھی بہت کم ہوتا ہے۔ نوجوانوں کی تربیت سے وابستہ ادارے ”ورک سائفر ٹرائٹ ہارڈ“ یعنی کام منصوبہ بندی کے ساتھ اور آسان بنا کر کرنے کے اصول کو اہمیت دیتے ہیں۔

کامیابی آزمائشیں بھی ہوتی ہے:

کامیابی کے بارے میں ساری ماہرین کی رائے ہے کہ ”دنیا کے ہر نقشے کی طرح یہ بھی ایک نقشہ ہے، جسے اس کی تگ لگ جائے وہ نہ تو ہار جاتا ہے اور نہ ہی پیچھے مڑ کر دیکھتا ہے۔“ بہت سے لوگ طاقت، دولت اور شہرت کے حصول کو کامیابی سمجھتے ہیں۔ لیکن حقیقی کامیابی یہ ہے کہ انسان اس نقشے کا شکار بننے کے باوجود خود کو ہٹکنے سے بچائے۔ کسی بھی صورت اپنی حیثیت اور حقیقت سے

صرف نظر نہ کرے، بلکہ اپنے موجودہ مرتبے کو مستحکم اخلاقی و قانونی بنیادیں فراہم کرے۔ دنیا میں بہت سے لوگ ایسے بھی ہیں جو روزانہ لاکھوں کماتے ہیں اور خود کو اعلیٰ سوسائٹی کا حصہ گردانتے ہیں، وہ دوستوں اور عزیزو اقارب پر روپیہ پانی کی طرح بہاتے ہیں، ان کی آسائش کا ہر ممکن بندوبست کرتے ہیں۔ لیکن دوسری طرف ان کے ارد گرد کچھ لوگ مشکلات بھری زندگی بسر کر رہے ہوتے ہیں، ان میں سے کوئی اگر ان سے مدد طلب کر لے تو ان لوگوں میں سے اکثر انکار کر دیتے ہیں بلکہ کئی ایک تو دھتکار بھی دیتے ہیں۔ کیونکہ ان کی یہ سوچ ہوتی ہے کہ اپنی محنت کی کمائی کو کسی اور پر خرچ کیوں کریں....؟

دوسری طرف ان میں سے بہت سے لوگ ایسے بھی ہیں جو اس حقیقت سے واقف ہیں کہ اللہ ہمیں کئی غریب لوگوں کا رزق بھی دیتا ہے جو کہ ہماری آزمائش کا سبب ہوتا ہے جو اس میں کامیاب ہو جاتے ہیں وہ روز ایک نئے سنگ میل کو عبور کرتے ہیں۔



نجی پاور کمپنیاں جعلی پیداوار میں ملوث ہیں: ٹرانس پیر نسے انٹرنیشنل

ٹرانس پیر نسے انٹرنیشنل پاکستان کے انکشاف کیا ہے کہ بجلی پیدا کرنے والی نجی کمپنیاں زیادہ سے زیادہ آمدنی کی خاطر مبینہ طور پر جعلی پیداوار میں ملوث ہیں، یہ آمدنی تقریباً سو ارب روپے سالانہ ہے۔ 100 ارب روپے سالانہ کی اسی جعلی رقم کی وجہ سے صارفین کو زیادہ سے زیادہ رقم ادا کرنا پڑ رہی ہے۔ نجی کمپنیوں کے اس اقدام پر کوئی پوچھنے والا نہیں ہے اور یہ سلسلہ گزشتہ دس سال سے جاری ہے۔ ٹرانس پیر نسے انٹرنیشنل نے بتایا کہ بجلی پیدا کرنے والے نجی ادارے اور کھاد بنانے والی کمپنیاں بجلی کی جعلی پیداوار کے ذریعے آمدنی میں ملوث ہیں کیونکہ ان کی پیدا کردہ بجلی کے حقیقی نرخ ریکوئیرری اقدار مقرر کرتی ہیں۔ فرانس آئل 3 سے 5 فیصد کے مارک اپ پر گارنٹی کور کے لیے خرید جاتا ہے۔ فروخت کرنے والے کے ساتھ یہ معاہدہ کیا گیا ہے کہ وہ یہ فرانس آئل پر وکیور کرنے والوں کو صرف 0.5 فیصد رقم کے عوض واپس کرے گا۔ آپریشن اور مینٹیننس کے اخراجات بڑھانے کا حکم پیش کیے جاتے ہیں۔ خریدی جانے والی اشیاء کے نرخ بھی بڑھانے کا حکم پیش کیے جاتے ہیں۔ مختلف آپریشنز کے لیے سب کٹر ٹیکنک کا عمل ممکنہ دماؤں کیا جاتا ہے۔ سب کٹر ٹیکنکز کے ساتھ 90 فیصد رقم واپس کرنے کا بھی معاہدہ کیا جاتا ہے۔ (مشکر یہ روزنامہ جنگ کراچی)



سائنس کارٹر

ڈاکٹر جمیل صدیقی

ان صفحات پر آپ بھی سائنسی حقائق کے بارے میں دریافت کر سکتے ہیں۔ سوال مختصر اور واضح الفاظ میں تحریر کریں اور اس پتہ پر ارسال کر دیں۔

سائنس کارٹر Q&A معرفت روحانی ڈائجسٹ 1-D, 1/7 ناظم آباد، کراچی

Q: کیا روشنی وزن رکھتی ہے.....؟



(انیلہ احمد - کراچی)

A: روشنی ایک قسم کی توانائی ہے، جس سے ہماری آنکھیں متاثر ہوتی ہیں۔ ہم اس کی مدد سے

دور اور نزدیک کی چیزوں کو دیکھتے ہیں۔ سورج، ستارے، برقی روشنی، موم، بجلی، جلتی ہوئی آگ اور ایسی ہی بہت سی دوسری چیزیں روشنی پیدا کرتی ہیں، یہ سب چیزیں ایٹموں سے مل کر بنی ہیں۔ جب کسی چیز کو بہت زیادہ گرم کیا جاتا ہے تو اس کے ایٹموں سے روشنی نکلتی ہے۔ وزن سے اس کا کوئی تعلق نہیں ہوتا۔

Q: نو بل انعام کیا ہے.....؟ یہ کن لوگوں کو دیا جاتا ہے.....؟

(اختر النساء - کراچی)



A: ایلفریڈ نوبیل سویڈن کا رہنے والا ایک کیسادیان تھا، جسے ڈائنامیٹ کا موجود کہا

جاتا ہے۔ اس نے اپنی زندگی میں بہت دولت کمائی اور اس کے منافع سے ایک انعام مقرر کر دیا، جو اس کے نام کی وجہ سے نوبل پر انڈیانا نوبل انعام کہلاتا ہے۔ پوری دنیا میں ہر سال امن، طب، فزکس، کیمسٹری وغیرہ میں ایسی تحقیقات کرنے والوں کو یہ انعام دیا جاتا ہے جو

نئی اور نہایت مفید ہوں۔ بعض اوقات ایک ہی مضمون کا انعام کئی موجودوں یا سائنس دانوں میں برابر بانٹ دیا جاتا ہے۔ سویڈن کے بادشاہ خود یہ انعام تقسیم کرتے ہیں اور جس کو بھی یہ ملتا ہے بہت بڑا اعزاز سمجھا جاتا ہے۔

Q: بخون کی درجہ بندی کیونکر ہوئی، یہ کن لوگوں کی دریافت ہے اور اس سے کیا فوائد حاصل کیے جا رہے ہیں.....؟

(کنول آفتاب - کراچی)

خون کے گروپ دریافت کرنے کا سہرا، دوسرے مسند انوں کارل لینڈ سٹینر اور الگیزینڈر ایس ویز کو جاتا ہے۔ کارل نے

HERON POSTURE

بگلا آسن

صورت میں بالکل سیدھی ہوں گی۔ اب اوپری جسم کو خم دیتے ہوئے پیشانی کو خم شدہ گھٹنے پر لا کر رکھ دیں۔ اسی حالت میں ڈیڑھ سے دو سو تک قیام کریں۔ بعد از قیام ہاتھوں کی بندش کو آزاد کرتے ہوئے دوبارہ ابتدائی حالت میں آجائیں۔ یوں یہ دائیں پیر پر بگلا آسن کی مشق کی گئی بالکل اسی طرح بائیں پیر پر بھی بگلا آسن کی مشق دہرائیں۔ یعنی بائیں ٹانگ پر ورزش کرتے ہوئے کمر کی جانب ہاتھوں میں گھماؤ کی صورت میں بندش پیدا کرتے ہوئے بائیں ہاتھ کی کلائی کے جوڑ پر دائیں ہتھیلی انگلیوں کی مدد سے بندش بنائیں۔ اس کا حالت قیام بھی پہلے کی طرح یکساں ہونا چاہیے۔ اس طرح ورزش کا دائیں اور بائیں دونوں جانب ایک سیٹ مکمل ہوتا ہے۔ درج بالا طریقے پر عمل کرتے ہوئے دونوں جانب یہی عمل مزید دو مرتبہ دہرائیں۔

فوائد: اس ورزش سے جسم میں قوت اور جوڑوں میں چلک پیدا ہو جاتی ہے۔

یہ ورزش پیچھے جڑوں کو مضبوط بناتی ہے۔ اس مشق سے جسم میں آسکین کی فراہمی بہتر ہو جاتی ہے۔ ایڈرنیل گھینڈر کا فعل بہتر ہوتا ہے۔ آنکھوں کے امراض میں مفید ہے۔ دماغ میں اینڈو کرائن گھینڈر کی کارکردگی کو بہتر بنانے کے علاوہ تھائی رائیڈ اور پیراتھائی رائیڈ گھینڈر کی کارکردگی کو بھی بہتر بناتی ہے۔



یوگا کی ورزشیں جسمانی بھی ہیں اور ذہنی بھی اور ایسی بھی ہو سکتی ہیں جن سے ذہن اور جسم، دونوں کو یک وقت حرکت میں لایا جاتا ہے۔

یوگا کی مشقوں سے جسم میں گردش خون میں تیزی آ جاتی ہے اور اینڈو کرائن گھینڈر (Endocrine Glands) میں تحریک پیدا ہوتی ہے۔ ان ورزشوں سے اعضاء میں ہم آہنگی فروغ پاتی ہے۔

ان ورزشوں کو مسلسل اور مستقل عادت بنالینے سے بہت سی بیماریوں کا قبل از وقوع تدارک کیا جاسکتا ہے، متعدد عام قسم کی بیماریوں کا بھی ازالہ ہو جاتا ہے۔ یوگا سے جسمانی، ذہنی اور جذباتی کھچاؤ، غنیشن کے خاتمہ میں بھی مدد ملتی ہے۔

یوگا کی ایک مفید مشق جو کہ جسم کی چلک اور پیچھے جڑوں کی مضبوطی میں مفید ہے، وہ بگلا آسن ہے۔

طریقہ: سیدھے کھڑے ہو جائیں۔ اب دائیں ٹانگ کے گھٹنے میں خم دیتے ہوئے پیر کو سامنے کی سمت زیادہ سے زیادہ قاصلے پر لے جا کر رکھیں کہ پیر کی انگلیاں سامنے کی سمت میں ہوں۔ جبکہ بائیں پیر کی انگلیاں بائیں جانب مڑی ہوئی اور گھٹنہ سیدھا ہے۔ اب دونوں ہاتھوں کو گھما کر ریزہ کی ہڈی پر اس طرح رکھیں کہ بائیں ہاتھ کی ہتھیلی اور انگلیاں دائیں کلائی کے جوڑ پر مضبوط بندش پیدا کر لیں۔

نیز کلائیوں سے کندھوں تک کہنیاں گھماؤ کی

1901ء میں خون میں ABO گروپ کی نشاندہی کی اور الیکٹریٹر ایس ویز نے 1937ء میں ریس Rhesus گروپ دریافت کیے۔ 1945ء میں اس پر کامیاب تجربات ہوئے، جس کے باعث آج ہم خون کی 30 اقسام کو جان چکے ہیں، اس دریافت سے سائنسدان کئی متعدی بیماریوں مثلاً ملیریا، ہیڈیاٹکس، تھلیمیا اور ایچ آئی وی (ایڈز) کے علاج میں مثبت پیشرفت ہوئی ہے، خون کی منتقلی، جراثیم سے لے کر فائبرسک سائنس میں خون کی اقسام کو استعمال کیا جاتا ہے۔

خون کے مندرجہ ذیل چار بنیادی گروپس ہیں: اے، بی، اے بی، او۔ اس کے ساتھ ہی خون میں Rh-ایس اینٹی جن کی موجودگی یا غیر موجودگی دریافت کی جاتی ہے جس کی وجہ سے کسی بھی گروپ کو بالترتیب مثبت positive یا منفی negative کہا جاتا ہے۔

جن لوگوں کا بلڈ گروپ A ہوتا ہے ان کے خون کے سرخ خلیات پر A اینٹی جن antigen موجود ہوتا ہے جبکہ ان کے پلازما میں اینٹی B اینٹی باڈی antibody پائی جاتی ہے۔ جن لوگوں کا بلڈ گروپ B ہوتا ہے ان کے خون کے سرخ خلیات پر B اینٹی جن antigen موجود ہوتا ہے، جبکہ ان کے پلازما میں اینٹی A اینٹی باڈی antibody پائی جاتی ہے۔ یہ اینٹی باڈیز حاملہ ماں سے اس کے بچے کو منتقل نہیں ہوتیں۔ جن لوگوں کا بلڈ گروپ AB ہوتا ہے ان کے خون کے سرخ خلیات پر A اور B دونوں اینٹی جن antigen موجود ہوتے ہیں، جبکہ ان کے پلازما میں دونوں اینٹی باڈی antibody نہیں پائی جاتی۔ اور جن لوگوں کا بلڈ گروپ O ہوتا ہے ان کے خون کے سرخ خلیات پر دونوں اینٹی جن antigen موجود نہیں ہوتے جبکہ ان کے پلازما میں دونوں اینٹی باڈی antibody پائی جاتی ہیں۔

جن لوگوں کا بلڈ گروپ positive ہوتا ہے ان کے خون کے سرخ خلیات پر Rhesus اینٹی جن antigen موجود ہوتا ہے جبکہ ان کے پلازما میں اینٹی Rhesus اینٹی باڈی antibody نہیں پائی جاتی ہے۔ جن لوگوں کا بلڈ گروپ negative ہوتا ہے ان کے خون کے سرخ خلیات پر Rhesus اینٹی جن antigen موجود نہیں ہوتا ہے اور ان کے پلازما میں بھی اینٹی Rhesus اینٹی باڈی antibody نہیں پائی جاتی۔ یعنی اینٹی Rhesus اینٹی باڈی قدرتی Natural اینٹی باڈی نہیں ہوتی۔

اگر والد اور والدہ دونوں کا بلڈ گروپ O ہے تو بچوں کا گروپ بھی O ہوتا ہے۔ یعنی A، B یا AB نہیں ہو سکتا۔ اسی طرح اگر والد اور والدہ دونوں کا بلڈ گروپ AB ہے تو کسی بھی بچے کا بلڈ گروپ O نہیں ہو سکتا۔ ہاں B، A اور AB ہو سکتا ہے۔ اگر والد اور والدہ میں سے کسی ایک کا بلڈ گروپ AB ہے اور دوسرے کا O تو بچوں میں سے کسی کا بھی بلڈ گروپ AB یا O نہیں ہو سکتا۔ بچے یا تو A ہو گئے یا B۔ اگر آپ کے والد اور والدہ دونوں کا بلڈ گروپ negative ہے تو بچوں کا گروپ بھی negative ہوتا ہے۔ مگر اگر والدین کا گروپ positive ہوں تو بھی ان کے بچے negative ہو سکتے ہیں۔

دنیائے پیر میں کون سا بلڈ گروپ کتنے فیصد لوگوں کا ہے۔

O+	40 فیصد
O-	7 فیصد
A+	34 فیصد
A-	6 فیصد
B+	8 فیصد
B-	1 فیصد
Ab+	3 فیصد
Ab-	1 فیصد



رکیز گکشن



رکیز کی تھیوری اس تصور کی بنیاد پر قائم کی گئی ہے کہ انسانی جسم میں بیماری یا تکلیف اس وقت آتی ہے جب ہم جسمانی، روحانی، دماغی اور جذباتی طور پر عدم توازن میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

یعنی Physical, Spiritual, Mental, Emotional طور پر خرابی واقع ہو جاتی ہے۔ اس عدم توازن سے انسانی جسم، مزاج، رویے، تعلقات اور مالی حالات پر اثر پڑتا ہے۔ رکیز انرجی انسانی جسم میں داخل ہو کر ان شعبوں کو متوازن اور درست کر دیتی ہے اور ایک انسان نارمل اور صحت مند زندگی گزارنے لگتا ہے۔ اس طرح آپ کا معدائی نظام Immune System مضبوط ہوتا ہے اور بیماری آپ پر آسانی سے قابو نہیں پاسکتی۔

ہمارے جسم کے مخصوص غدود مختلف اقسام کے ہارمون اور رطوبت خارج کرتے رہتے ہیں۔ یہ گلیٹنڈز رکیز انرجی وصول کرنے کے بعد ضرورت کے مطابق بہتر طور پر کام کرنے لگتے ہیں جس سے انسانی جسم تندرست اور توانا ہونے لگتا ہے۔

یہ رکیز انرجی مریض کے اس حصہ جسم تک چلی جاتی ہے جہاں سب سے چھوٹے سلاز کا نظام سب سے پہلے خراب ہونا شروع ہوتا ہے۔ یہ اس آخری مقام پر پہنچ کر سلاز کی خرابی کو دور کرتی ہے، کمزور حصوں کو طاقت دیتی ہے اور اس طرح صحت مندی کا قدرتی عمل

شروع ہو جاتا ہے۔

دیکھتے ہیں آیا ہے کہ بے روزگاری، امن و امان کے مسائل اور بے سکونی کی وجہ سے خاص طور پر نوجوان ڈپریشن، مایوسی، پشیمانی، چڑچڑاہٹ، ہر قسم کے سر درد میں مبتلا دکھائی دیتے ہیں۔ رکیز کی یہ مشق ان تمام مسائل میں مفید پائی گئی ہے۔

طریقہ: مریض کو آرام و راحت میں کر سی یا اسٹول پر بٹھادیں، اور کو شش کریں کہ آپ اور مریض دونوں پر سکون رہیں، مریض سے کہیں کہ ایک گہرا سانس منہ سے لے کر ناک سے خارج کریں، مریض کی آنکھیں بند ہونی چاہئیں، اس کے بعد رکیز شروع کریں۔

اپنا ہاتھ مریض کے سر پر اس طرح رکھیں کہ داایاں ہاتھ سر کے دائیں حصہ پر اور باایاں ہاتھ سر کے بائیں حصہ پر ہو اور ہاتھوں کی انگلیاں سر کے درمیان میں ہوں۔ اس پوزیشن میں تقریباً دو سے تین منٹ تک قیام کریں، پھر خود بھی ریلیکس ہوں اور مریض کو بھی ریلیکس کرنے کی کوشش کریں، اب دوبارہ یہ عمل دہرائیں اس عمل کو دو سے تین مرتبہ کریں۔

فوائد: بے خوابی، سر درد، چڑچڑاہٹ، کان کی تکالیف، ڈپریشن اور جسمانی دردوں میں یہ مشق مفید پائی گئی ہے۔



جسمانی و روحانی امراض کا بہترین علاج

آج دنیا بھر کے ماہرین اور سائنسدان اس حقیقت کا کچھ عرصہ قبل تک یہ سمجھا جاتا تھا کہ روزے سے صرف نظام انہضام کو آرام ملتا ہے مگر جیسے جیسے ترقی ہوئی اس حقیقت کا علم ہوا کہ روزہ تو ایک حیرت انگیز طبی معجزہ ہے۔

ثمین عمران

روزے کے دوران انسان کے مختلف جسمانی نظام اور اعضاء آرام کی حالت میں چلے جاتے ہیں جو ان کے لیے طبی سائنس کے حوالے سے





جگر کو چار سے چھ گھنٹے آرام مل جاتا ہے۔

جگر کے انتہائی مشکل کاموں میں ایک اس توازن کو برقرار رکھنا ہے جو غیر ہضم شدہ خوراک اور تحلیل شدہ خوراک کے درمیان ہوتا ہے یا تو اسے ہر لقمے کو ذخیرہ کرنا ہوتا ہے یا پھر اس کے ہضم ہونے کے بعد خون میں تحلیل ہو جانے کے عمل کی نگرانی کرنی ہوتی ہے۔

روزے کی وجہ سے جگر توانائی بخش کھانے کو ذخیرہ کرنے کے عمل سے کافی حد تک آزاد ہو جاتا ہے۔ خون ویسے تو بڈی کے گودے میں جتا ہے مگر بڈی کے گودے کو یہ مواد جگر مہیا کرتا ہے۔ اس طرح جب روزے کے دوران خون میں غذائی مادے کم ترین سطح پر ہوتے ہیں تو بڈیوں کا گودا خود بخود حرکت پذیر ہو جاتا ہے اور پائسانی اور زیادہ مقدار میں خون بہتا ہے۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ کمزور اور لاغر لوگ جن میں یہ گوارستہ حالت میں ہوتا ہے اور چہرے کی پیلاہٹ کا باعث بھی.... وہ روزہ رکھ کر بڈیوں کے گودے کو فعال کر کے زیادہ خون پیدا کر سکتے ہیں۔

ہماد دل جو چوبیس گھنٹوں میں ہر لمحہ دھڑکتا ہے اور اس کی دھڑکن ہی ہماری زندگی کی ناسن ہے۔ روزے کے دوران اسے بھی آرام مل جاتا ہے کیونکہ دل کا ڈائی سٹولک دباؤ (Diastolic Pressure) گودے کی وجہ سے کم سطح پر رہتا ہے اور دل کے پٹھے آرام کی حالت میں آ جاتے ہیں۔ رمضان کے ایک ماہ کے روزے دوران خون پر بھی مثبت اثر ڈالتے ہیں اور اس کی پیچیدگیوں سے انسان کو بچاتے ہیں۔ خون میں باقی ماندہ مادے اگر پوری طرح تحلیل نہ ہوں تو خون کی شریانوں کو کمزور کر دیتے ہیں۔ بلکہ روزے کے دوران اختصار تک خون میں موجود تمام باقی ماندہ دوزے تحلیل ہو چکے ہوتے ہیں۔ اس طرح

بے حد مفید ہوتا ہے۔ روزے کے دوران چند لوگوں میں پیدا ہونے والے چڑچڑے پن کا اعصابی نظام سے کوئی تعلق نہیں ہوتا بلکہ روزے میں تو اعصابی دباؤ کی صورت میں ہونے والے بعض شدید مسائل سے کافی حد تک نجات مل سکتی ہے۔ اس کے علاوہ دوران خون میں توازن بھی قائم ہو جاتا ہے جو صحت مند اعصابی نظام کی نشاندہی کرتا ہے۔

روزہ انسانی معدے کے لئے بہت مفید ہے۔ روزے کے دوران معدے سے لگنے والی رطوبتیں متوازن ہو جاتی ہیں۔ اس طرح معدے کے پٹھے اور رطوبت پیدا کرنے والے غلیے آرام کی حالت میں چلے جاتے ہیں۔ خوراک کی نالی کو روزے کی حالت میں آرام ملتا ہے۔ روزے کے دوران انتڑیوں کے چال کو نئی توانائی اور ہاضمگی حاصل ہوتی ہے جو بیماریوں کے خلاف انسان کو قوت مدافعت فراہم کرتی ہے۔

روزے کا اہم اثر خلیوں کے اندرونی سیال مادوں کے درمیان توازن پر ہوتا ہے، اسی طرح اہل دار تجلی کے بالائی خلیے (Epithelial Cells) جو جسم کی رطوبت کے متواتر اخراج کے ذمہ دار ہوتے ہیں انہیں بھی آرام ملتا ہے اور ان کی صحت مندی میں اضافہ ہوتا ہے۔

جگر ہمارے جسم کا ایک نہایت اہم حصہ ہے۔ اس کے ذمے کھانا ہضم کرنے کی رطوبتیں پیدا کرنے کے علاوہ پندرہ مزید عوامل ہوتے ہیں اور روزے کے ذریعے

شریانوں کی دیواروں کی چربی یا دیگر اجزاء جمع نہیں پاتے اور شریانیں سکڑنے سے محفوظ رہتی ہیں۔

آرٹیر یوڈی روکس (Arteriosclerosis) جو آج کے دور کی ایک خطرناک بیماری بنتی جا رہی ہے اور جس میں خون کی شریانیں سخت ہو جاتی ہیں، روزہ انسان کو اس سے بھی بچاتا ہے۔ گردے جنہیں دوران خون کا ایک حصہ ہی سمجھا جاتا ہے وہ بھی روزے کے دوران آرام کی حالت میں چلے جاتے ہیں اور اس طرح جسم کے ان اہم اعضاء کی قوت بھی روزے کی برکت سے بحال ہو جاتی ہے۔ روزہ شوگر کیل، کولیسٹرول اور بلڈ پریشر میں اعتدال لاتا ہے۔ اسٹریس و اعصابی اور ذہنی تناؤ ختم کر کے بیشتر نفسیاتی امراض سے بچھٹکا دلاتا ہے۔ روزہ رکھنے سے جسم میں خون بہنے کا عمل تیز ہو جاتا ہے اور جسم کی تطہیر ہو جاتی ہے۔ روزہ انسانی جسم سے فضلات اور تیزابی مادوں کا اخراج کرتا ہے۔

روزہ رکھنے سے دماغی خلیات بھی فاضل مادوں سے نجات پاتے ہیں، جس سے نا صرف نفسیاتی و روحانی

امراض میں افادہ ہوتا ہے بلکہ اس سے انسانی صلاحیتیں بھی اجاگر ہوتی ہیں۔

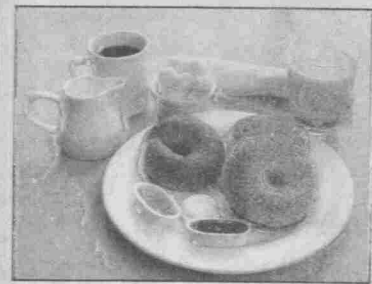
روزہ موٹاپا اور پیٹ کم کرنے میں مفید

یہ یاد رکھنا چاہیے کہ مندرجہ بالا فوائد تب ہی ممکن ہو سکتے ہیں جب ہم سحر و افطار میں سادہ غذا کا استعمال کریں۔ افطار کے وقت زیادہ نشیل اور مرغن تلی ہوئی اشیاء مثلاً سموسے، پکڑے، پکوری وغیرہ کا استعمال کمزور کر دیتا ہے خوراک کی اس بے اعتدالی سے جسمانی طور پر ہونے والے فوائد بھی مفقود ہو جاتے ہیں۔ لہذا افطار کی پھل کھجور یا شہد ملے دودھ سے کر لیا جائے اور پھر نماز کی ادائیگی کے بعد مزید کچھ کھالیا جائے۔ اس طرح دن میں تین مرتبہ کھانے کا تسلسل بھی قائم رہے گا اور معدے پر بوجھ نہیں پڑے گا۔ افطار میں پانی دودھ یا کوئی بھی مشروب ایک ہی مرتبہ زیادہ مقدار میں استعمال کرنے کی بجائے تھوڑے تھوڑے سے استعمال کریں۔



لڑکیاں بہترین کارکردگی کے لیے بھرپور ناشتہ کریں: ماہرین

لڑکیوں کی نسبت لڑکیوں کو زیادہ بہتر اور اچھے ناشتے کی ضرورت ہوتی ہے۔ شبلی آئر لینڈ میں صحت پر تحقیق کرنے



والے ماہرین نے کہا ہے کہ ایسے لڑکے جو زیادہ پیٹ بھر کر ناشتہ کرتے ان کی یادداشت اور توجہ زیادہ بہتر ہوتی ہے جبکہ لڑکیاں جو پیٹ بھر کر ناشتہ کرتی ہیں ان کی دماغی صلاحیت زیادہ ہوتی ہے اور اس طرح ان میں کام کرنے کی صلاحیت بڑھ جاتی ہے۔ شبلی آئر لینڈ سینٹر فار ڈائٹ اینڈ ہیلتھ یونیورسٹی کے ڈاکٹر ہاربر شیورٹ نے کہا ہے کہ لڑکیوں کی نسبت لڑکیوں کو بھرپور ناشتہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ تحقیق سے ثابت ہوا کہ پڑھنے اور کاروبار میں پیش کی مناسب مقدار میں لڑکیوں کی کارکردگی کو مزید بہتر بناتی ہے۔ دوسری جانب لڑکیوں کا پیٹ بھر کر کھانا ان کی ذہنی کارکردگی کو متاثر کرتا ہے۔

ذیابیطس اور رمضان (تیسرا حصہ)

رمضان

البارک میں ہر مسلمان کی

ترجیح ہوتی ہے وہ روزہ کے فرض کی ادائیگی کو یقینی بنائیں۔

قرآن مجید کی جن آیات میں روزوں کو فرض کیا گیا ہے وہیں مریض اور مسافر کو رخصت دی گئی ہے اور حکم ہے کہ وہ رمضان کے روزوں کو بعد کے ایام میں پورا کریں۔ روزے میں شوگر کے کنٹرول کو یقینی بنانا اور غذاؤں اور ادویات کے ذریعہ

مریض انسولین کی پیداوار بڑھانے والی گولیاں کھا رہے ہوں وہ ڈاکٹر کے مشورے پر سحری کی بجائے افطاری میں گولی لیں۔ ذیابیطس کے ایسے مریض جن کی روزانہ کل انسولین 40 یونٹ تک ہے اور وہ دن میں دو مرتبہ ریگولر اور این پی ایچ انسولین ملا کر لگاتے ہوں گے اور سحری کے وقت ریگولر انسولین

ڈاکٹر جاوید سمیع

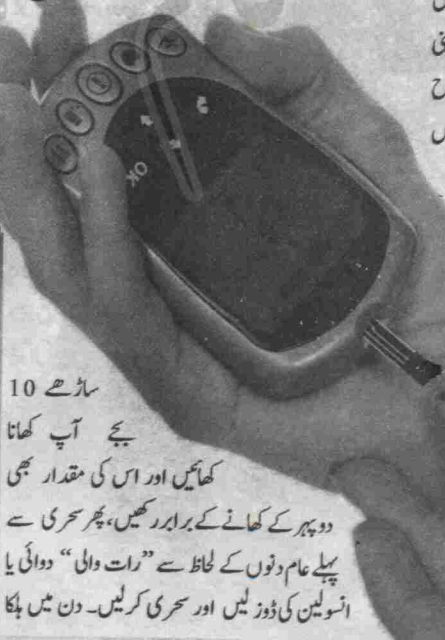
کی ڈوز کچھ کم ہوگی۔

جو دوائی آپ صبح لیا کرتے ہیں وہ آپ افطار کے بعد لے سکتے ہیں۔ رات

ہر آنے والے دن کے روزہ کو باخیر وعافیت مکمل کرنا بعض مرتبہ مشکل ہو جاتا ہے۔ ذیابیطس اس طرح کا مرض نہیں مریض بستر پر لیٹا ہوا ”بیمار“ نظر آتا ہے۔

ذیابیطس کی ادویات باقاعدگی کے ساتھ استعمال کرنے والے، غذا میں پرہیز اور ورزش کے ذریعے اپنی شوگر کو متوازن رکھنے والے مریض عام لوگوں کی طرح روزہ رکھ سکتے ہیں تاہم افطاری اور سحری کے وقت انہیں اپنی غذا کی مقدار پر کڑی نظر رکھنی پڑے گی، کیونکہ عام لوگوں کی نسبت ان کی بلڈ شوگر آہستہ آہستہ نیچے آتی ہے۔ ذیابیطس کے ایسے مریض جو ایسی گولیاں کھاتے ہیں جن سے جسم میں انسولین کی پیداوار نہیں بڑھتی بھی عام لوگوں کی طرح روزے رکھ سکتے ہیں۔ جو

شوگر اور صحت مند زندگی



سائے 10

بجے آپ کھانا

کھائیں اور اس کی مقدار بھی

دوپہر کے کھانے کے برابر رکھیں، پھر سحری سے

پہلے عام دنوں کے لحاظ سے ”رات والی“ دوائی یا

انسولین کی ڈوز لیں اور سحری کر لیں۔ دن میں ہلکا

چاہیے۔ اس کا مطلب ہر گز یہ نہیں کہ اس وقت پر
نذہ کی مقدار بڑھادی جائے، بلکہ ایسی غذاؤں کا
استعمال کیا جائے جو پیٹ میں ٹھہراؤ کر کے آہستہ
آہستہ گلوکوز میں تبدیل ہوں اور پورے دن
توانائی کی فراہمی کو یقینی بنائیں۔ گھی اور میدے میں
بنی اشیاء شوگر کو تیزی سے بڑھا دیتی ہیں۔

افطار

روح کے مطابق ہمارے ہاں افطار میں دن

بھر کی غذاؤں کا سب سے بڑا حصہ ہوتا ہے، جس میں تلی
ہوئی نشاستہ والی اجناس کا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے اور یوں
ہم دن بھر کی توانائی کو دو گنا بڑھا کر ایک ساتھ
لے لیتے ہیں۔

مریض اگر افطار یہ ذہن میں رکھ کر کریں کہ چند ہی
گھنٹوں بعد رات کا کھانا کھایا جائے گا تو یہاں مقدار میں کمی
واقع ہوگی۔ گھر کی خواتین اگر چھلکے والی اجناس یعنی چھلکے
والی مونگ کی دال کے بکڑے اور کالے پنے وغیرہ کا
استعمال کریں اور مریض خود بھی تلی ہوئی اشیاء سے پرہیز
کریں تو نتائج بہتر ثابت ہوں گے۔

افطار اور رات کے کھانے کے درمیان وقفہ

یہ وقفہ ایک سے دو گھنٹے کا ہو سکتا ہے۔ اگر رات کے
کھانے کا اہتمام تراویح کے بعد کیا جائے تو بھوک میں تو
اضافہ ہو گا لیکن ساتھ ہی غذا کی مقدار بڑھ کر سحری پر
اثر انداز ہوگی۔ ذیابیطس کے مریض ایک اچھی سحری کے
لیے رات کا کھانا جلدی کھالیں۔

رات کا کھانا اور ورزش

نذہ کا ایک اہم جزو سلاہ ہے۔ سلاہ غذا کو ورتک
پیٹ میں رکھتی ہے اور شوگر کے کنٹرول میں
مدد دیتی ہے۔ سلاہ کا استعمال ہمیشہ
کھانے



استعمال پابندی سے کریں۔

غذاؤں میں پرہیز

رمضان المبارک میں عام طور پر

یہ دیکھا گیا ہے کہ مریض خون

میں شکر کی مقدار کم ہو جانے کے

ڈر سے روزہ کھانے کے بعد میٹھی

اشیاء اور مشروبات کا استعمال کثرت سے کرنے لگتے ہیں یا
اپنی معمول کی خوراک میں اضافہ کر دیتے ہیں، خون میں
شکر صرف میٹھی چیزوں سے ہی نہیں آتی بلکہ ہمارے جسم
میں جانے والا روٹی کا ہر نوالہ ہمیں ہو کر شوگر میں تبدیل
ہو کر انسولین کے ذریعہ جسم کے خلیوں Cell تک پہنچتا
ہے۔ غذاؤں میں احتیاط کا مقصد یہ ہے کہ مریض کو ایسی

غذا کا انتخاب بنایا جائے جو
کہ پیٹ میں زیادہ دیر تک
رہ کر آہستہ آہستہ شوگر
میں تبدیل ہو۔

مریض کو نشاستہ والی
مرغن غذاؤں کو محدود
کر کے ریشے اور بیوس والی
اجناس کا استعمال زیادہ کرنا

چاہیے اور اس کے ساتھ ضروری ہے کہ سحری، افطار اور
رات کے کھانے میں حاروں کی صحیح تقسیم کی جائے تاکہ
پورے ماہ کے روزوں کا حصول ممکن ہو۔
نیچے دی گئی معلومات کے ذریعہ ذیابیطس میں مبتلا
افراد یا ان کے گھر میں موجود خواتین کو غذا کے انتخاب
اور تیاری سے متعلق آگاہی ہوگی۔

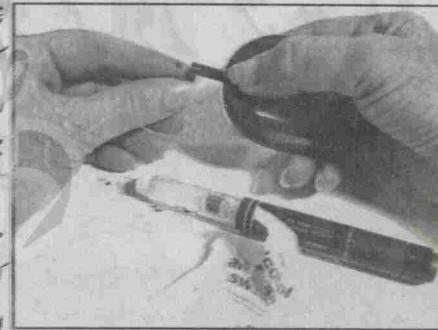
سحری

بہت سارے محققین اس بات پر متفق ہیں کہ سحری
میں 24 گھنٹے میں لینے والی غذاؤں کا سب سے بڑا حصہ ہونا

چھلکا کام کاج کریں لیکن ورزش، زیادہ جسمانی سرگرمیوں
اور پھل سے پرہیز کریں۔ یاد رہے کہ روزہ رکھنے سے قبل
اپنے معالجے سے مشورہ ضرور کریں۔

ذیابیطس کے کون سے مریض روزہ رکھ سکتے ہیں؟

ایسے تمام مریض جو غذائی پرہیز، ادویات یا انسولین
یا ان میں سے کسی دو پر ہوں، ان میں ذیابیطس کی کوئی
پہچیدگی نہ ہو، ان کے خون میں شوگر کی مقدار مقررہ سطح
میں ہو اور کسی قسم کی شدید بیماری یا تشویش نہ ہو روزہ رکھ
سکتے ہیں۔ ذیابیطس قسم نمبر ایک جس کا انحصار صرف
انسولین پر ہوتا ہے اور جو کہ ذیابیطس کی شدید علامات کو
ظاہر کرتی ہے، صرف اپنے معالجے کے مشورے پر ہی روزہ
رکھ سکتے ہیں۔



مرض کی قسم چاہیے
جو بھی ہو ضروری ہے کہ
مریض شوگر کی مقدار کم یا
زیادہ ہونے کی علامات کو
پہچانے اور گھر پر موجود
آلہ سے فوراً اپنی شوگر
چیک کریں۔ اگر

60mg/dl سے کم سطح ہے تو فوراً کسی قریبی ڈاکٹر سے
رجوع کریں۔ اگر سحری افطاریات کے کھانے کے بعد
شوگر کی سطح 180mg/dl (دو گھنٹے بعد) سے اوپر آ رہی
ہے تو بہتر صحت کے حصول کے لیے ادویات کا درست
استعمال جسمانی ورزش اور غذاؤں میں پرہیز کریں کیونکہ
یہی شوگر کے کنٹرول کے تین اہم ستون ہیں۔

ادویات کا استعمال

ذیابیطس کے مریض کے لیے ضروری ہے کہ وہ
اپنے معالجے کے مقرر کردہ وقت پر اپنی دواؤں یا انسولین کا

صحت مند غذا کا انتخاب

بڑھ جاتا ہے۔

کھانا دیر سے ہضم ہونے کے باعث سحری کے وقت بھوک نہیں لگے گی اور کھانا نہیں کھایا جائے گا۔ یوں دن ڈھلے آپ کو بھوک ویسا محسوس ہوگی۔

رمضان المبارک کے حوالے سے کھانے پینے کا نہ صرف شیڈول بنائیں بلکہ غذائی چارٹ بھی ترتیب دیں کہ

کس دن کیا کھانے کا اور سب ایک وقت میں کھانے کے بجائے تھوڑی بھوک

شابدہ ریحانہ

رکھ کر کھائیں۔

افطاری کی قیامی

افطاری متوازن رکھیں تاکہ رات کے کھانے کی جگہ باقی رہ سکے اور ہر روز چیزیں بدل بدل کر افطاری تیار کریں، تلی یا بھاری اشیاء اور خوب مریق مسالے والی اشیاء کم بنائیں۔ اگر آپ ہر روز کی افطاری کا ایک شیڈول بنالیں تو وقت کی، کھانے کی فضول خرچی کی بچت ہو جائے گی اور صحت بھی متاثر نہ ہوگی۔ افطاری میں پھل ضرور



رمضان المبارک میں چونکہ ہمارے کھانے پینے کے وقت تبدیل ہو جاتے

لہذا عام دنوں کی نسبت کھانا پینا زیادہ ہو جاتا ہے بلکہ ایسی اشیاء کا استعمال بھی زیادہ ہو جاتا ہے۔ اگر ہم عام دنوں میں کبھی کبھار ہی استعمال کرتے ہیں۔ ان اشیاء کی زیادتی یا اچانک شروع کرنے کے باعث ہم بیمار ہو سکتے ہیں۔ بیماریوں سے بچنے، پیٹ خراب ہونے اور کمزوری سے بچنے کے لیے افطار و سحر میں متوازن، درست غذا کا انتخاب کریں۔

سحری میں بہت زیادہ نہ کھائیں۔

کیا کھائیں کیا پیئیں

غواہ افطار کے وقت ہر گھر میں کئی

اشیاء تیار کی جاتی ہیں اور باہر سے بھی بہت سی اشیاء منگوائی جاتی ہیں، جن میں جلیبی، سموسے، رول، برگر وغیرہ جبکہ کمر پر کی اقام کے پکڑے وغیرہ علیحدہ ہوتے ہیں۔ ساتھ ہی ساتھ دہی بڑے، چھولے اور دیگر اسٹینکس آلو کی چٹ، کباب وغیرہ بھی تیار کیے جاتے ہیں اور یہ سب اشیاء ایک وقت میں کھائی جاتی ہیں اور پھر ان کے کھانے کے بعد شام کا کھانا نہیں کھایا جاتا یا پھر رات گئے کھایا جاتا ہے۔ رات گئے کھانے سے کھانا دیر سے ہضم ہوتا ہے، کیونکہ لمبی لحاظ سے رات کا کھانا آٹھ سے نو بجے کے درمیان کھالیا جائے تو مناسب ہے، دیر سے کھانا کھانے سے اول تو کھانا کھاتے ہی لیٹ جاتے کے باعث سارا کھانا معدے کے منہ پر رکھا ہوتا ہے، جس کے باعث تیزابیت اور گیس،

بطن میں درد کھانے کا امکان

افطار کے غذائی نمونے

ایک کھجور، آدھا کپ ابلے ہوئے کالے چنے ایک درمیانہ پھل، تین پکڑے، ایک کپ گھنچیں۔ پانی سے روزہ کھولیں

آدھا کپ دہی پھلکی، آدھا کپ تازہ پھلوں کی چٹ، دو چھوٹے سموسے (بزی چکن کے) ایک کپ دہی بانی کی لسی یا

ایک کھجور، دو چھولے آلو چکن کے کٹس، آدھا کپ لہا ہو الوبیا ایک کپ تازہ گھنچیں۔

رات کا کھانا

ایک کپ ابلے ہوئے چاول، ایک چوتھائی کپ پکی ہوئی دال، تین کھانے کے چچ دہی، ایک کپ کٹی ہوئی تازہ سلاڈ، دو عدد چھوٹی روٹی، ایک چھوٹی بوٹی مرغی کا سالن، آدھا کپ پکی ہوئی بزی، ایک کھیر اکٹا ہوا۔

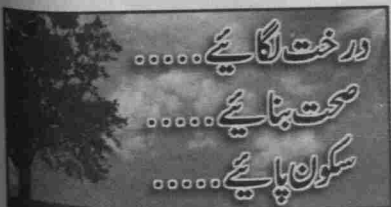
یا

آدھا کپ کھجور (چھلکے والی دال مونگ) ایک چوتھائی کپ ٹماٹر کی چٹنی، بکرے کے گوشت کا قیہ (دو کھانے کے چچ) ایک کپ تازہ سلاڈ۔

(جاری ہے)



ورخت لگائیے
صحت بنائیے
سکون پائیے



رومان کا مجت

کے درمیان میں کرنا چاہیے۔ چھلکے والی پھلکی چھلکی ورزش رمضان المبارک میں بھی ضروری ہے۔ ورزش عشاء کی نماز کے بعد یا پھر سحری سے پہلے کی جاسکتی ہے۔

خون میں شوگر کی مقدار کم یا زیادہ ہونے کی علامات

باتھ پاؤں میں لرزہ طاری ہونا، تھکن اور شدید بھوک کا احساس، چکر اور پسینہ آنا، دل کا تیز تیز دھڑکنا، دوہرا نظر آنا، زبان لڑکھڑاتا، خون میں شکر کی مقدار کم ہونے کی علامات ہیں۔



بیاس یا بھوک کی زیادتی،

پیشاب کا بار بار آنا وزن میں کمی، پاؤں کا سن ہونا، زخم کا ٹھیک نہ ہونا، بار بار بیماری یا لفکیشن، کمزوری اور تھکاوٹ، آنکھوں کے آگے اندھیرا آنا شکر کی زیادتی کی علامات ہیں۔

سحری کے غذائی نمونے

دو چھوٹی روٹی، ایک درمیانہ پیس مرغی کا، آدھا کپ بزی میں پکا ہوا سالن، ایک کپ دودھ، ایک کپ چائے (میدہ میں دودھ ایک چوتھائی کپ)

یا

ایک پرائٹھ ایک چچ تیل میں پکا ہوا، دو انڈے کی سفیدی کا آئیت ایک چوتھائی کپ رائیہ، تین کھانے کے چچ پی ہوئی سویاں، تین چوتھائی گرم دودھ (مٹھاس کے لیے) ایک پرائٹھ ایک چچ تیل میں پکا ہوا۔ دو عدد چکن کے کباب، ایک چوتھائی کپ ہری چٹنی پیاز ٹماٹر کے ساتھ، ایک کپ پتی لی۔

کیا آپ شرمندہ ہو جاتے ہیں...؟

نظام ہاضمہ کے درست نہ ہونے کی صورت میں ڈکار، پیٹ میں گڑ گڑاہٹ اور گیس کا اخراج عام شکایات ہیں اور ان کے اچانک ہونے کا عمل سینے کا موقع بھی فراہم نہیں کرتا۔ پیٹ میں گڑ گڑاہٹ اکثر بھوک کے وقت جبکہ ڈکار کی شکایت کھانا صحیح طرح ہضم نہ ہونے کی صورت میں ہوتی ہے۔

نظام ہاضمہ میں گڑ بڑ کا سبب ذہنی دباؤ بھی ہو سکتا

بہت سے لوگوں کے ساتھ ایسے طبی مسائل

ہوتے ہیں جو کہ بظاہر معمولی اور بے ضرر

ہوتے ہیں۔ لیکن یہ اس وقت انہیں

پریشانی میں مبتلا کر دیتے ہیں جب وہ

کسی فرد یا کچھ افراد کے ساتھ موجود

ہوتے ہیں۔ مثال کے

طور پر ڈکار، ناگوار

سانس اور ایسے

دیگر طبی مسائل جو

متاثرہ فرد کو

شرمندگی میں مبتلا

کر دیتے ہیں۔



خشک منہ، ناگوار سانس اور جمائیں

ذرا سوچئے! آپ کو کسی انٹرویو کے لیے جانا ہو یا آپ کی طرح کسی ملاقات کرنے کے لیے جا رہے ہوں۔ آپ خوب تک سبک سے تیار ہیں، جب ملاقات پر گفتگو کا آغاز ہوتا ہے تو آپ کو لگتا ہے کہ کسی نے آپ کا منہ پکڑ لیا ہو، منہ خشک ہو گیا ہو، ہونٹوں پر بار بار زبان پھیرنے کی ضرورت محسوس ہوتی ہو۔ گلے میں آواز پھنسی محسوس ہوتی ہو۔

اس صورتحال پر قابو پانے کے لیے ایک چھوٹی سی کنڈی چوسنا آپ کے لیے بہت مفید ثابت ہوگا، ساتھ ہی ساتھ منہ کی مسلسل حرکت کے باعث جمائی پر

کنٹرول کرنا آسان ہوگا۔ گفتگو سے قبل ٹھنڈے پانی کے تین چار چھوٹے چھوٹے گھونٹ بھی آپ کو موثر گفتگو کرنے کا بھرپور موقع فراہم کریں گے۔

ڈکار، گڑ گڑاہٹ اور صبح کا اخراج

آپ کسی محفل میں بیٹھے ہیں اور اچانک ایک آواز آپ سب کو چونکاتا ہے اور آپ کو شرمندہ کر دیتی ہے۔

میں دال اور سبزی کا اہتمام کریں جبکہ سحری کے لیے شامی کباب اور پرانے یا سادہ روٹی کبھی تو روم اور گوشت اور سبزی کا سالن بنائیں۔

روٹی ضرور سحری میں کھائیں یہ مونپا دور کرے اور بھوک کو دیر تک محسوس نہیں ہونے دے گی۔ کے علاوہ سحری میں دودھ کا استعمال بھی لازمی کریں۔ وہ کھجور اور بھینے کے ساتھ ہو یا سادہ۔ دودھ تو اصل ساتھ ساتھ کھیشیم، فاسفوس، آئرن وغیرہ کی ضرورت کو پورا کرتا ہے۔ نشاستہ اور گلوکوز کے لیے جلی، مارلیڈ کا کم اور شہد کا استعمال زیادہ کریں۔

سحری میں بہت سارا پانی پی کر اسٹاک کرنے کو شش نہ کریں اس سے طبیعت پر برا اثر پڑے گا۔

پیس کی شدت میں کمی کے لیے سادے پانی میں سے چند قطرے نمک (چٹکی) کے ساتھ ڈالیں یا پھر ممکن ہو تو ایک کپ اورنگ جوس سحر کے اختتام پر پی لیں۔

سحری میں بھی کبھی آپ دہی، دودھ، دالوں کا استعمال کریں تاکہ ہر روز مرغی غذاؤں کے کھانے کو لیسرول کی مقدار میں اضافے کو روکا جاسکے۔ کے مقابلے میں ایسی پروٹین والی غذائیں لیں جس قدر قدرتی طور پر پروٹین شامل ہو، مثلاً مٹر، سیم، لوبیا، شامل ہیں۔



آپ رومانی ڈائجسٹ کے قاری ہیں۔ آپ کا بہت بہت شکریہ۔ اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔

شامل رکھیں۔ چاہے چاٹ بنائیں یا سادہ استعمال کریں۔ پھل کھانے سے توانائی بحال اور تیزابیت، گیس، گرانی اور بار کا خاتمہ ہوتا ہے۔ مونپا دور ہوتا ہے۔ پھلوں کے علاوہ پھلوں کا جوس بھی اس مقصد کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے، جبکہ ایک روز اگر آپ چھوٹے بنائیں تو پھر اگلے روز دہی بڑے بنائیں، اسی طرح پکھڑوں کی ایک ہی قسم ممکن اور ایک میٹھی بنائیں۔ افطاری کے لیے طے کر لیں کہ پانچ سے زیادہ اشیاء نہ ہوں۔ مثلاً پھل یا جوس، پکھڑے یا سموے یا رول یا برگر یا کباب یا پھر آلو کی کھٹی بیٹی چاٹ، میٹھے پکھڑوں میں نمک پیارے یا نکلیں، یا گٹگلے کوئی ایک آسٹم ہی رکھیں۔ کبھی چھوٹے، کبھی دہی بڑے تو کبھی چاٹ کا استعمال کریں۔ یہ اہتمام افطاری کے لیے کافی ہوگا اور رات کو بچے ڈنر کے وقت تک آسانی سے ہضم ہو کر کھانے کے لیے جگہ پیدا کر دے گا۔

افطار میں لیوے پانی، اورنگ جوس، گنے کا رس، دہی کی لسی یا ستوپینے سے جہاں پیاس کی شدت کم ہوتی ہے وہیں دن بھر کی کھوئی توانائی اور جسم میں نمکیات اور وٹامن کی کمی بھی پوری ہوتی ہے، لہذا مصنوعی مشروبات کی جگہ مذکورہ بالا اشیاء کا استعمال کریں یا پھر شربت کا۔

سادہ کھانا رات کا کھانا

رات کا کھانا ہلکا چمکا اور سادہ بنائیں بہت زیادہ چکنائی والے مرغی کھانے بریانی، تورمہ، کباب، نہاری وغیرہ بہت کم چکنائی میں بنائیں۔ بھتے میں ایک دن جب بھی گوشت بنائیں حتی الامکان کو شش کریں کہ اس میں سبزی لازمی ڈالیں، اور ہرے پتوں والی سبزی ڈالیں تاکہ وہ گوشت کے مضر اثرات کو کم کر دے۔

عوماً ہمارے گھروں میں رات کا کھانا ہی سحری میں سالن خصوصیت سے استعمال ہوتا ہے جبکہ ایک کھانا دو مرتبہ کھانے کی رغبت نہیں ہوتی، لہذا رات کے کھانے

بزرگوں کی دیکھ بھال ضروری ہے

عمر رسیدہ افراد کی دیکھ بھال ایک بہت بڑا چیلنج ہے۔ دوسرے کے پاس بھیج دیا جاتا ہے۔ ذرا سوچیں! اس وقت جبکہ انہیں آپ کی توجہ و دیکھ بھال کی ضرورت ہے اس طرز عمل سے انہیں کس ذہنی ٹینشن کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اخلاقی سپورٹ اور محبت کی بہت ضرورت ہوتی ہے۔

ہے۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بوڑھا ہونے پر کل آپ کی اولاد آپ کے تابعدار ہے اور آپ کو بھرپور توجہ دے تو آج آپ کو اپنے بوڑھے والدین کا بہت خیال رکھنا ہو گا۔ ہمارا مذہب ہم سے کہتا ہے کہ ہمیں اپنے والدین کی خدمت ہر حال میں کرنی چاہیے۔ اولاد کا فرض ہے کہ



مغربی ممالک میں خاص طور پر امریکہ میں تقریباً 90 فیصد بوڑھے لوگ اس طرح زندگی گزار رہے ہیں کہ 45 فیصد لوگ اپنی شریک حیات کے ساتھ رہتے ہیں، 30 فیصد لوگ تنہا رہتے ہیں، صرف گیارہ فیصد ٹیلی کے ساتھ رہتے ہیں جبکہ پانچ فیصد نرسنگ ہوم میں ہوتے ہیں جنہیں 24 گھنٹے نرسنگ سپرویزن کی ضرورت ہوتی ہے۔ ماں باپ بوڑھے ہو جاتے ہیں۔ اولادوں کی اولادیں جوان ہو جاتی ہیں تو وہی ماں باپ بوجھ سمجھ لیے جاتے ہیں۔ جنہوں نے انہیں بہت محنت اور مشکل سے پالا ہوتا ہے۔ ہمارے معاشرے میں کئی گھرانوں میں بوڑھے والدین کو الگ رکھنا تو عواماً شان کے خلاف ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ اپنے بزرگوں کو گھر سے تو نہیں نکالتے مگر مکمل طور پر انہیں نظر انداز کر دیتا ہمارے معاشرے میں بھی اب عام ہوتا جا رہا ہے۔ بعض گھروں میں چار یا پانچ بیٹے اور بہنوں ہیں، تو باقاعدہ باری لگتے ہیں اور ٹائم پورا ہونے پر زبردستی

ان کی شوشل ایکٹیوٹیز میں ان کی مدد کریں۔ ان کے غسل کرنے، کھانے پینے، چلنے، دوامی کھلانے اور ٹو ایملٹ جانے میں ان کی مدد کریں۔ ان کی جسمانی ضروریات کے مطابق ان کی خوراک کا خیال رکھیں۔

ان کو ورزش کرنے کے لیے کہیں اور



ہے۔ اس حوالے سے سب سے اہم احتیاطی تدبیر یہ ہے کہ آپ بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ ایسی خوراک جو گیس پیدا کرے جیسے کولڈ ڈرنک وغیرہ سے اجتناب رہیں اور نظام ہاضمہ کی درستگی کے لیے اپنے معالج کی تجویز کردہ ادویات استعمال کریں اور اس کی ہدایت پر سختی سے عمل پیرا رہیں۔

.... متوازن خوراک بھی جسمانی مسائل پر قابو پانے موثر ذریعہ ہے۔

سادہ اور تازہ غذا کو ترجیح دیں۔ وافر مقدار میں پانی استعمال، کچی سبزیوں اور پھلوں کا استعمال بھی صحت مثبت اثرات مرتب کرتا ہے۔



یاد رکھنے کی باتیں

.... باقاعدہ ورزش آپ کو مکمل طور پر صحت مند رکھتی ہے۔

غذائوں کے ہضم ہونے کا وقت

آلو	3-30	چھندر	3-30	اُلی ہوئی سبز پھلیاں	4-45
اراروٹ	1-30	چوزے کا شوربہ	3.00	ساگودانہ	4-45
کچا پھنڈا ہوا انڈہ	1-30	اُبلے ہوئے چاول	1-30	شیریں سیب	3-30
کچا انڈہ	2.00	ماش کی دال	2-45	ترش سیب	3-30
آدھا پکا انڈا	2-30	بکری کے گوشت کا کباب	4.00	سیم کی پھلیاں	3.00
سخت اُلیا ہوا انڈا	3-30	بھیرے کے گوشت کا کباب	4.00	شلفم	3-30
تلا ہوا انڈا	3-30	تیرے کے گوشت کا کباب	4.00	گاجر	3-30
بکری کا شوربہ	3-30	مرغ کے گوشت کا کباب	4.00	اُلی ہوئی گاجر	3-15
بکرے کا گوشت بریاں	3-15	مچھلی کا کباب	3.00	گو بھی	3-30
پالٹوئی بریاں	4.00	کاڈ مچھلی سمجھا کر اُلی ہوئی	3.00	مرغ کا گوشت	3-45
جنجلی پنچ	4.00	بھیر بکری کا پھنڈا ہوا گوشت	3.00	گائے کا گوشت بریاں	3-30
اُلی ہوئی بند گو بھی	4-30	موٹنگ کی دال	2-30	گائے کا گوشت مسالے دار	4.00
پلاؤ	3-45	ہر قسم کی دال	2-30	ہرن کا گوشت مسالے دار	4.00
پنیر	3-30	دودھ	2.00	گھی	4.00
کچی ہوئی ترکاریاں	3-30	گیہوں کی تازہ روٹی	3-30	مکھن	4.00
جو کا شوربہ	1-30	گیہوں کی خمیر روٹی	3-30	مچھلی و مرغ	4.00
اُبلے ہوئے جو	2-10	باجرے یا مکئی کی روٹی	3-30	پنٹہ شیریں میوہ جات	3-30
		جو کی روٹی	3-40	سخت و ترش میوہ جات	3-30



اپنے بچوں کو الرجی سے بچائیں

اکثر والدین اس لیے پریشان رہتے ہیں کہ ان کے بچوں کی مابین یا سالانہ رپورٹ بیت ہی معمولی ہوتی ہے، پڑھائی میں ان کا دل نہیں لگتا ہے۔ نسائی و غیر نسائی سرگرمیوں میں ان کا بچہ کمزور ہے۔ اس شکایت کی وجہ الرجی بھی ہو سکتی ہے۔

مشکل نہیں رہا ہے۔
الرجی کیا ہے؟
الرجی کا بڑی پوری طور پر مطلب یہ ہے کہ ہمارے جسم میں کوئی ایسی چیز داخل ہو گئی ہے، جسے ہمارا جسمانی نظام کسی طور قبول نہیں کر رہا ہے۔ انسانی جسم میں کسی ناقابل قبول شے کا بخول اس کو

محمد شمیم

ایک حالیہ تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ الرجی بچوں میں پیدا جانے والا سب سے بڑا اور سنگین مسئلہ ہے۔ والدین یہ نہیں جانتے کہ ان کے بچے کی تعلیمی کارکردگی اسی الرجی کی وجہ سے متاثر ہو رہی ہے۔

الرجی نے دنیا کے ترقی پذیر ممالک کی 25 فیصد آبادی کو اپنی لپیٹ میں لیا ہوا ہے۔ ترقی یافتہ ممالک میں بھی یہ الرجی کچھ کم تھکتے نہیں دکھائی ہے۔ پوری دنیا میں الرجی پھیلنے میں پچھروے جس سال کا وقت لگا ہے۔

الرجی کی وجہ سے بچوں کا عام نقصان یہ ہوتا ہے کہ وہ اسکول نہیں چاہتے۔ ان کی تعلیمی سرگرمیاں متاثر ہونے سے ان کی کارکردگی نہ ہونے کے برابر رہ جاتی ہے۔

سائنسدانوں کی کاوشوں کی بدولت اب کئی اقسام کی الرجی سے نمٹنا زیادہ



ورزش میں ان کی مدد کریں۔
... بلڈ پریشر، شوگر چیک کرتے رہتے اور میڈیکل اپائنمنٹ سے ان کا خیال رکھیں۔
... شادی و مذہبی عادت کا خیال رکھیں۔
... ان کو بھرپور محبت دیں اور انہیں تنہائی کا احساس نہ ہونے دیں۔
... مختلف باتوں میں ان سے مشورہ لیں۔ گھر کے ہر کام میں ان کو شریک کریں۔
... اپنے بچوں کو بھی اس بات کی ترغیب دیں کہ وہ اپنے دادا، دادی کی، ماما، نانی کی خدمت کریں۔
... خاندان کے دوسرے افراد سے ان کو ملو، ان کو ان کے گھر لے کر جائیں۔
... گھر میں تقریبات میں ان سے مشورے لیں۔
... عبادت کے لیے ان کی ہر ضرورت کا خیال رکھیں۔
... سردیوں میں وضو کے لیے گرم پانی کا انتظام کریں۔
... کہیں آنے جانے میں ان کے لیے ٹرانسپورٹ کی آسان دستیابی کا خیال رکھیں۔ اگر بازار میں وہ چل پھر نہ سکیں تو جمیل چیز پر ان کو لے کر جائیں۔

گرما

مرد سے قدرے شیریں پھل ہے اور کمزور اعصاب افراد کے لیے عمدہ قسم کی غذا ہے، جسم موٹا کرتا ہے۔ پیشاب رک رک کر آتا ہوتا ہے، سرخ ہو تو گرما کے استعمال سے صحت ٹوٹ کر خراب ہو جاتی ہے۔ بلڈ پریشر آتے ہیں۔ گرما کے استعمال سے نظام بعد کے اثرات گرما کے استعمال سے پورا کرنے میں اس کا کوئی ثانی نہیں۔ تمام امراض جن کا سبب صفرا ہے گرما سے فائدہ ہوتا ہے۔ گرما جہاں ایک خوش ذائقہ اور صحت بخش پھل ہے وہاں ایک اکسیر دوا بھی ہے۔ جن لوگوں کے ہاتھ پاؤں جلے ہوں، ایسے لوگ گرما کا استعمال رکھیں تو چھوٹے میں مفید نتائج سامنے آئیں گے۔

نیم کے درخت کو ہوا صاف کرنے والا بیڑ کہا جاتا ہے۔ یہ طبریا اور ہیرنہ سے دور رکھتا ہے۔ اس کی چھال مٹوی اور خون صاف کرنے والی ہے۔ پیاس کی شدت، تھقے اور مٹکی کو روکنے کے لیے استعمال ہوتی ہے۔ جلدی بیماریوں کے لیے مفید ہے۔ اس کی چھال میں سے ایک عبری رنگ کی مصفا گوئد خارج ہوتی ہے جو بطور محرک استعمال ہوتی ہے۔ اس کے پتے امراض جلد کے علاج میں اندرونی اور بیرونی طور پر کئی صدیوں سے استعمال کیے جا رہے ہیں۔ نیم کے پتوں کو پٹلس، مرہم اور لیپ کی شکل میں بھی استعمال کرتے ہیں۔ ان کو پانی میں جوش دے کر اس پانی کو زخموں، ناسوروں وغیرہ کے دھونے میں بطور لوشن استعمال کیا جاتا ہے۔ نیم کے پھل کو داخلی طور پر بطور مسبل اور خارجی طور پر مسکن درد وغیرہ استعمال کرتے ہیں۔ اس کے خشک پھول، بنجار کے بعد استعمال کرنا منقوی اور مسکن رہتا ہے۔ آیوروک میں اس کی بڑ، چھال، تھقے، پھل اور پھول کو ملا کر

زراعت میں قدیم زمانے سے اہم کردار ادا کرتی آ رہی ہے۔ نیم کا درخت برصغیر میں شاہراؤں کے ارد گرد اور بہات میں خوب دیکھنے میں آتا ہے۔ جنوبی ایشیا کے تمام ملکوں، مشرقی بعید، آسٹریلیا اور افریقہ میں بھی پایا جاتا ہے۔ نیم کے بیجوں میں تقریباً 31 فیصد کی مقدار میں ایک تیز رو رنگ کا تیل ہوتا ہے۔ جسے نیم آئل کہتے ہیں۔ اس تیل سے الگ کیے جانے والے تلخ اجزاء میں نیم بن، نیم مینین اور نیم بیڈین شامل ہے۔ اہم ترین جزو نیم بیڈین ہے۔ جس میں سلفر پایا جاتا ہے۔ نیم کے درخت پر مارچ میں پھول لگتے ہیں اور ماہ جون میں اس کا پھل یعنی نمکولی یا نمولی پک جاتے ہیں۔ دبانے سے اس کا گودا اور گھٹلی الگ ہو جاتے ہیں۔ گودے میں ایک گلو کو سائیڈ نمبو سٹرین، ایک انتہائی کڑوا تیل، نمبو سٹرول نمی سیسٹین اور دیگر ایسڈ پائے جاتے ہیں۔ تنے کی چھال میں بیجوں والے اجزاء پائے جاتے ہیں۔

ٹیسٹ کیا جاتا ہے جس سے پتہ چلتا ہے کہ واقعی الرجی ہے یا نہیں؟

بچوں میں اگر الرجی ہو جائے تو اس کی تشخیص لازمی کروانی چاہیے، کیونکہ بچوں کا مدافعتی نظام بہت کمزور ہوتا ہے اور وہ آسانی سے متاثر ہو جاتے ہیں اور لاطمی کے باعث اس الرجی کے ساتھ بڑے ہو جاتے ہیں۔

الرجی کی ایک وجہ حساسیت بھی ہو سکتی ہے ضرورت سے زیادہ حساس بچے پیدا ہونے سے قبل ہی ماں کے پیٹ میں بھی الرجی کا شکار بن سکتا ہے۔ غذا کے ذریعہ جسم میں داخل ہونے والے مادے ایٹنی جن (Antigen) کی وجہ سے ہوتا ہے۔ زیادہ حساس بچوں میں الرجی پیدا کرنے والے عناصر لٹھوں میں لپٹاوار کر دیتے ہیں۔ جو بچے کم حساس ہوتے ہیں، ان میں اثر دکھانے میں کم از کم گھنٹہ لگتے ہیں۔

اس کی تشخیص کے لیے وسیع بنیاد پر کیا جانے والا ٹیسٹ ہے اسکن ٹیسٹ، اس کے لیے پن نمائے کے ذریعہ سے جلد میں سوراخ کیا جاتا ہے، خون حاصل کر کے ٹیسٹ کیا جاتا ہے۔

حکمت عملی:

اگر بچہ کسی بھی قسم کی الرجی کی زد میں ہے تو والدین کا فاضل یہی ہے کہ مستند ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

اس حوالے سے کچھ ضروری امور یہ ہیں.... الرجی پیدا کرنے والے عناصر کی شناخت کی جائے، ان سے بچنے کی کوشش کریں۔ اپنے ماحول کو صاف رکھیں۔

علامات ظاہر ہونے کے بعد الرجی کی اسی قسم سے متعلقہ ادویات کا استعمال کرنا چاہیے تاکہ اس سے ہونے والی جلن اور خارش کو کم یا ختم کیا جاسکے۔ یہ خارش یا جلن لہجی کارڈ عمل ہے۔

ہماری دنیا میں ایسے لاتعداد عناصر ہیں جو الہی کا سبب بن سکتے ہیں۔ ان عناصر کا ہمارے جسم میں داخل ہونے کے لیے کوئی خاص طریقہ کار نہیں ہے۔ یہ مختلف صورتوں میں ہمارے جسم میں گھس سکتے ہیں جیسے گھریلو صفائی کے دوران اٹھنے والا گرد و غبار، یاغ کی صفائی کرتے ہوئے گھاساں پھونس، خشک پتے، جانوروں کی غلات (سانس کے ذریعے جسم میں داخل ہو سکتی ہے) گائے کا دودھ، تھن، انڈے (غذا کے طور پر) ہمارے جسم میں چلے جاتے ہیں اس کے علاوہ شہد کی مکھی یا کوئی کیڑا ڈنک مار دے تب بھی ہم الہک ہو سکتے ہیں۔ ان میں سب سے بڑی اور عام وجہ گھریلو گرد و غبار ہے۔

بچوں کو کئی اقسام کی ارجی متاثر کر سکتی ہے۔ اس کی علامات میں جوڑوں میں درد، ہتھلی ناک، چھینکیں اور آنکھوں سے پانی بہنا ہیں۔ اسے ارجیک راشٹائٹس (یعنی ناک کی بلغمی جھلٹی کا ورم) بھی کہا جاتا ہے۔

الرجی کی تشخیص:

الرجی کی قسم کی تشخیص کرنے کے لیے مخصوص

چہرے کے نکھار اور خون کی صفائی کا بہترین ذریعہ

ایک پیالی میں گھول کر پلانے سے معدے، جگر، آنکھوں، بواسیر، ملیریا اور دوسرے بخاروں کے علاوہ پھوڑے، پھنسیوں اور ورم کو دور کیا جاسکتا ہے۔ ہلدی کی جڑ عام طور پر بطور مصفا خون اور مقوی اعصاب ریسہ (دماغی طاقت کے لیے) استعمال ہوتی ہے۔ یہ جراثیم کش ہے۔ اسکا جوشاندہ زخموں کو دھونی اور صاف کرنے کے لیے مفید ہوتا ہے۔

یہ گھٹیا کے مرض میں شفا دیتی ہے۔ سخت بخار کو اتار دیتی ہے اور معدے کو نرم

کرتی ہے۔ باضمہ کو قوت بخشتی ہے اور دوران بخار ہونے والے سرد اور قبض کو فائدہ کرتی ہے۔ شوگر کے مریضوں کے لئے بھی ہلدی کا استعمال مفید بتایا جاتا ہے۔ ہلدی چاہے چنگی بھر ہی کیوں نہ استعمال کریں، مگر کرین ضرور....!

ایشن اور کئی فیئر نیس کریوں میں بھی اسے شامل کیا جاتا ہے۔

ہلدی

کھانوں کا ذائقہ بڑھانے کے لیے دنیا بھر میں ہلدی کو اہم مسالہ سمجھا جاتا ہے۔ اس مسالے کی ایک افادیت اس کا اینٹی آکسیڈنٹ ہونا بھی ہے۔ حالیہ تحقیق میں اسے کینسر سے بچاؤ اور علاج کے لیے بھی موثر سمجھا گیا ہے۔ اب کمپیوٹر اپنی کے دوران ہلدی کے استعمال کا مشورہ بھی دیا

جائے لگا ہے۔ برطانیہ کی لیٹر یونیورسٹی کے محققین کہتے ہیں کہ ہلدی میں موجود اجزاء کینسر کے خاتمے کے لیے اہم کردار ادا

کرتے ہیں اور جسم میں کسی بھی جگہ ٹیومر بننے میں مزاحمت کرتے ہیں۔ بعض اوقات کینسر کے مریضوں کے جسم میں کچھ رسولیاں ہوتی ہیں جو کیمو تھراپی سے بھی ختم نہیں ہوتیں تاہم ہلدی ان کی روک تھام کی صلاحیت رکھتی ہے۔

ہلدی زمانہ قدیم سے ہڈیاں مضبوط کرنے، زخم کو سبک سے بچانے، ورم دور کرنے، جلد کی رنگت نکھارنے اور اینٹی سپٹک کے طور پر استعمال ہوتی آ رہی ہے۔

ہلدی ہمارے کھانوں کا بنیادی اور اہم مسالہ تو ہے ہی لیکن بہترین گھریلو دوائی بھی ہے۔ بڑی بوڑھیاں جانتی تھیں کہ چنگی بھر ہلدی سادے پانی یا دودھ کی

بالوں کی بیماریاں

اگر بال گرتے ہوں یا ان کی نشوونما کم ہو تو ہڈیوں کو پانی میں ابال کر اس پانی سے سرد ہونا چاہیے۔ طرح تا صرف بال گرنا بند ہو جاتے ہیں۔ بلکہ نشوونما ہو جاتی ہے۔ نئے بال اگنا شروع ہو جاتے ہیں۔

نیم کے تیل کا باقاعدہ استعمال بالوں کی جڑوں کا خاتمہ کرتا ہے۔ منہ کے امراض نیم کی مسواک سے روزانہ صاف کرنا مسوڑھوں کے امراض محفوظ رکھتا ہے۔ اس سے دانتوں مضبوطی، دانت درد سے نجات، کی بوسے چھٹکارا اور منہ کے امراض سے تحفظ ملتا ہے۔

زچگی کے مسائل

زچگی کے وقت نیم کے پتوں کا استعمال بہت مفید ہے۔ وضع حمل کے وقت زچہ کو نیم کے پتوں کا استعمال کرنا رحم کو معمول پر لانے میں مدد دیتا ہے۔ آنتوں کی حرکت درست رہتی ہے۔

دیگر استعمال

نیم جراثیم کش صلاحیت سے مالا مال ہے۔ اسے مچھر دور رہنے میں، نمکوں کی گھٹلیوں کو گودے سے کر کے دھوپ میں خشک کر لیتے ہیں اور پھر کوبو میں سے تیل نکالا جاتا ہے۔

اس تیل سے نیم کا صابن بنتا ہے، جو پھوڑے، پھنسیوں کے لیے مفید ہے۔ یہ تیل چراغوں میں استعمال ہوتا ہے۔ اس سے موثر گریں اور کئی دیگر بھی تیار کی جاتی ہیں۔



ایک دوا تیار کی جاتی ہے، جس کو بیج امرت کہتے ہیں۔ جڑوں کی چھال میں وہی تاثیر ہے جو اس کے تنے کی چھال میں پائی جاتی ہے۔ اس کی شاخوں سے لٹکے والی گوندہ مقوی اور جلد اور نشوونما پر ممکن اثر ڈالتی ہے۔

ملیویا

نیم کے تازہ پتوں کا جوشاندہ یا کاڑھا ایک کمزور ٹانک ہے جو جگر پر مفید اثر کر کے ملیریا بخار کا علاج کرتا ہے۔ اس کی خوراک 15 سے 60 گرام ہے۔

یواسیر

نیم کے اندرونی چھال کے تین گرام، چھ گرام شکر کے ساتھ صبح کے وقت لینا بواسیر میں فائدہ دیتا ہے۔ خونی بواسیر کے تدارک کے لیے تین یا چار نمکولیاں پانی کے ساتھ استعمال کرنا موثر بتایا جاتا ہے۔

استسقاء

نیم کارس استسقاء میں بہت مفید پایا گیا ہے۔ اس کی روز مقدار 60 گرام۔ رس پلانے کے ساتھ ساتھ مریض کو اس کا مساج بھی کیا جاتا ہے۔ یہ علاج معالج کے مشورے سے تقریباً 40 دن تک جاری رکھنا چاہیے۔ اگر رس دستیاب نہ ہو تو 12 گرام پتے اور تین گرام کالی مرچ نہیں کر پانی کے ساتھ دینا چاہیے۔

امراض جلد

پتوں کا بیرونی استعمال، امراض جلد میں بہت مفید ہے۔ یہ خاص طور پر پھوڑے، پھنسیوں، پرانے زخموں، السر، چپک کے حملے، سوزاک کے زخموں، غدود کی سوزش اور عام زخموں کے لیے موثر ہے۔ پتوں کا پلٹس، جو شائدہ یا لپ استعمال میں لایا جاتا ہے۔



گرمیوں میں لیموں کے تازے تازے رس سے سلکینین، اسکواٹش، کاک ٹیل و دیگر فرحت بخش مشروبات تیار کر کے استعمال کریں اور شدید گرمی میں بھی رہیں ہشاش بشاش، فٹ و توانا....! حسن و صحت کے لئے بے شمار خوبیوں کے باعث لیموں کو استعمال کرنے کی ریت صدیوں پرانی ہے۔

یہ کھٹا کھٹا رسیلہ فرحت بخش پھل
دھامن کی سے بھرپور ہونے اور منفرد
فرحت بخش کھٹاس رکھنے کی وجہ سے
ترش یا سائٹرس (Citrus)

پھلوں کی فہرست میں
ممتاز مقام کا حامل ہے۔

اپنی ہمہ جہت خوبیوں
کے باعث اس رسیلے
پھل کو گرم مرطوب خطے
کے باسی بالخصوص وسط ایشیائی

ممالک بشمول انڈیا پاکستان میں بسنے والے افراد ایک امرت
پھل قرار دیتے ہیں۔ لیموں میں شامل اسکاربک ایسڈ (دھامن

بے شمار خوبیوں سے بھرپور
کھٹا کھٹا رسیلا پھل!

کی) اور سٹرک ایسڈ اس مختصر سے پھل کو
بے شمار خوبیوں سے بھرپور بناتے ہیں۔
یہ ہر موسم میں اپنی بہار
دکھانے کے لیے دستیاب
ہوتا ہے۔

برصغیر پاک و ہند میں
اس کی کاشت سال میں دو
مرتبہ جولائی تا اگست اور
فروری تا مارچ ہوتی ہے۔

لیموں کی صحت بخش خوبیوں

کا ادراک ہونے کے باعث یہاں کے باشندے لیموں کو اپنی
یومیہ خوراک کا خاص حصہ بنائے ہوئے ہیں۔ جبکہ برصغیر پاک
و ہند کے باشندے بارش بوندی یعنی ساروں بھادوں یا مون سون
کے موسم میں لیموں کا استعمال دیگر موسموں میں استعمال کی
نسبت زیادہ کرتے ہیں۔ اس کی وجہ اس نعم آلود موسم میں فری
ریڈیکلز (Free Radicals) سے جسم کے مدافعتی نظام

افشین حسین

لیموں

(Immune System) کا متضاد ہو اور اسباب بنے۔
دوستوں و دیگر بظاہر معمولی محسوس ہونے والی جسمانی
خرابیوں بشمول انہدام کی جملہ خرابیوں کی درنگی کے
لیے دیگر مادی اثرات سے جسم انسانی کو محفوظ رکھنے کے
لیے لیونٹین تھابت ہوا ہے۔ لیونٹین ایک ریسیپل
ایک میٹرین دوا اور ایک کرشٹی حسن افزاء نیچرل
پروڈکٹ کی حیثیت سے خاص شہرت کا حامل پھل ہے اور
اس حوالے سے لیونٹین کے رس کو بڑی مقدار میں استعمال
کیا جاتا ہے۔ لیونٹین کے استعمال کا سب سے بہترین دوا کا آمد
طریقہ اس کے رس میں پانی ملا کر اس کی تیزی میں معمولی
کمی کر کے استعمال کرنا یا پھر اسے پروکس شدہ غذا یا
مشروب جیسے شربت، اپلا اور اسکوئش وغیرہ کے طور پر
استعمال کرنا ہے۔ اس کے علاوہ یہ ذائقہ بڑھانے والے
ایک قدرتی ٹیسٹ میکر کی حیثیت بھی رکھتا ہے۔ کچے
پھلوں و میزیوں کی کٹی ہوئی پیمائشوں پر اس کا رس چھوڑیں یا
فروٹ سلاو وغیرہ پر اس کا رس چھڑائیں۔ یہ پھل بزیوں
کے ماصرف رنگ خراب ہونے سے بچاتا ہے بلکہ ان کے
ذائقے میں خوشگواریت پیدا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ کچے
ہوئے کھانوں یا بالخصوص کچی ہوئی بزیوں گوشت اور
دالوں کی کوشش پر لیونٹین کا رس چھوڑیں سائز، سویس اور
گریوی پر بھی اور ماصرف کھانے کی لذت میں بے حد
اشفاق کریں بلکہ ان ڈشز کو غذائیت سے بھرپور خوراک
کی قہرست میں بھی شامل کریں۔

صحت کے رنگ بکھیرتی قرشی:

لیونٹین بہترین غذائی اجزاء بشمول وٹامن سی
(اسکاربک ایسڈ) سٹرک ایسڈ، کالشیئم اور قدرتی سورس سے
بھرپور پھل ہے۔

ہضم کی خرابیاں:

انہدام (Digestive System) کی جملہ

خرابیوں کی درنگی کے لیے لیونٹین کا استعمال برسوں سے
ایک اویاتی پھل کی حیثیت سے کیا جا رہا ہے۔ مزہ میں
تھوک زیادہ پیدا ہونے لگے، بد ہضمی، آنتی، تھک
پکرانے اور معدے میں تیزابیت کے خاتمے کے لیے
ایک چائے کا چمچ لیونٹین کے رس میں شہد ملا کر چائے رہنے
سے طبیعت کی بحالی میں فوری مدد ملے گی۔ اس کے علاوہ
ایک گلاس پانی میں ایک چائے کا چمچ لیونٹین کا رس اور ایک
چمچی کھانے کا سوڈا (سوڈیم بائی کاربونیٹ) ملا کر پینے سے
معدے کی تیزابیت میں فوری آرام ملتا ہے۔
دائمی قبض (Constipation) کے مریض اگر
نہایت گرم پانی میں ایک لیونٹین کا رس چھوڑ کر استعمال
کریں تو اس پریشان کن مرض سے جلد چھٹکارہ
مل جائے گا۔
جبکہ کچھ دائمی یا پیچیدہ امراض کے خاتمے کے سلسلے
میں بھی لیونٹین کا استعمال موثر ثابت ہوتا ہے۔

موسمی اثرات سے تحفظ:

گرمی یا سردی لیونٹین کا استعمال دونوں موسموں
کے برے اثرات سے جسم انسانی کو محفوظ فراہم کرتا ہے۔
وٹامن سی کی کثیر مقدار کے سبب یہ جسم کے معدا فضی
انہدام کو قوت بخشتا ہے۔ لیونٹین کی وجہ سے گرم و سرد موسم
میں بکثرت پائے جانے والے (Free Radicals) جو
سرور، بخار، نزلہ زکام، کھانسی، ناسلز، گھبراہٹ، مٹی، بے
چینی، دست و پا چڑاہٹ کا سبب بنتے ہیں۔ یہ جسم انسانی کو گزن
پھلنے سے قاصر رہتے ہیں۔

سردیوں میں نیم گرم پانی میں لیونٹین کا رس اور شہد
ملا کر استعمال کریں اور گرمیوں میں لیونٹین کے تازے
تازے رس سے سکنچیمین، اسکوئش یا کاک ٹیل
مشروبات تیار کر کے استعمال کریں اس طرح مادی
شدت سے جسمانی محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

دیگر امراض میں مفید:

لیونٹین (Gout) سوچے ہوئے مسودوں،
بزیوں و جڑوں کی سوجن کو رفع کرنے کے ساتھ
ارخراش (Arthritis) جیسے مرض سے شکاریانہ
والے بہترین پھل کی حیثیت رکھتا ہے۔ وٹامن سی کی کثیر
مقدار جڑوں و پتوں کے نشوز (Connective
Tissues) کو طاقتور بناتی ہے۔

ایک گلاس نیم گرم پانی میں ایک عدد لیونٹین
کا رس اور چائے کے کچھ شہد ملا کر ایک چمچی
لاہوری نمک (پسا ہوا) ڈال کر مکس
کریں اور آہستہ آہستہ نوش فرمائیں۔

مشروب
بصرف نشوز کی

مضبوطی کے لیے مفید ہے بلکہ

زائد وزن سے پریشان افراد کے جسم

میں بھی ہوئی غیر ضروری چکنائی کو تیزی سے

تخلیل کر کے جسم سے خارج کرنے اور اعصابی نشوز
Nerve Tissue پر بھی سکون بخش اثرات مرتب کرتا
ہے۔ اس مقصد کے لیے نیم گرم پانی میں لیونٹین کا رس
ملا کر نہایت دو سے تین ایک یا قندگی کے ساتھ استعمال
کریں۔ اس دوران چکنائی سے پر غذائی کے بجائے ہلکی
چمکی غذا، تازے پھل و سلاو کو اپنی عموئی خوراک کا حصہ
بنائیں سوڈٹ ڈشز، جنک فوڈ و سوڈا مشروبات سے پرہیز
بھی ضروری ہے۔

حسن افزاء پھل:

یہ کھانا سیلا حریف یا پھل ماصرف فرحت بخش
مشروبات تیار کرنے اور کھانوں کو منفرد ذائقہ عطا کرنے
کے سلسلے میں بکثرت استعمال کیا جاتا ہے، بلکہ رنگ و روپ
نکھانے اور بہترین حسن افزاء خوبیوں سے بھرپور ہونے

کی وجہ سے بھی اسے ایک ممتاز مقام حاصل ہے۔

ذیل میں لیونٹین کے ذریعے آرائش حسن کے حوالے
سے چند مفید نکتے درج کیے جا رہے ہیں۔

☆ گوری رنگت کے حصول کے لیے چمکی جلد کی حامل
خواتین لیونٹین کے کھڑے آہستہ آہستہ جلد پر ملیں۔ اس
سے جلد پر جمی یا ہر وقت چمکی رہنے والی چکنائی کا خاتمہ
ہو گا لیونٹین کے پندرہ منٹ بعد ٹھنڈے پانی سے چہرہ
دھوئیں۔

☆ شاداب و جواں جلد کے لیے
آدھا چائے کا چمچ دودھ میں
آدھا چائے کا چمچ گاجر کا
رس یا کھیرے کا رس اور
چند قطرے لیونٹین کا رس
ملا کر روئی کے پچائے کی مدد سے جلد
پر لگائیں پندرہ سے تیس منٹ تک لگا
رہنے دیں اس کے بعد ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھو کر
صاف کر لیں۔

☆ اگر سورج کی تھارت سے جلد کی رنگت سیاہی مائل
ہو گئی ہے تو لٹائی والے دودھ میں لیونٹین کا رس ملائیں۔ دو
کپ گاجرے ملائی دار دودھ میں دو لیونٹین کا رس ملائیں اور
جلد پر خوب انجی طرح لگا کر آدھا گھنٹہ تک ٹھنڈی جگہ
پر لیٹ جائیں۔

اس کے بعد سلاے پانی سے جلد دھو کر صاف
کر لیں ہفتے میں دو مرتبہ یہ عمل کریں۔

☆ پالوں کی صحت، مضبوطی و بہترین نشوونما کے لیے
آٹے کے تیل میں لیونٹین کا رس ملا کر رات میں روزانہ
ماساج کریں۔ ماصرف بال جھڑناک جائیں گے بلکہ ان کی
سیاہی و چمک میں بھی خوب ہوگا۔



جلد و بالوں کے مسائل

اس کالم میں جلد اور بالوں کے مسائل کا حل پیش کیا جاتا ہے۔ قارئین اپنے خطوط اس پتے پر بھیج سکتے ہیں۔
جلد اور بالوں کے مسائل۔ معرفت روحانی ڈائجسٹ 1/7-D-1 ناظم آباد کراچی 74600

جھانیاں

(شاء حب اوید۔ لاہور)

جواب: ایک چائے کا چمچ شہد، ایک کھانے کا چمچ سیب کا رس، ایک کھانے کا چمچ میتھی دانہ، ان تمام اشیاء کو دہی میں تھوڑے سے پانی کے ساتھ مکس کر لیں۔ اس آمیزے کو بالوں میں لگائیں۔ آدھا گھنٹہ بعد بالوں کو کسی اچھے شیمپو سے دھولیں۔

سوال: میری عمر بیس سال ہے۔ رنگت گوری اور چہرے کے نقوش اچھے ہیں مگر چہرے پر تیزی سے جھانیاں نمودار ہو رہی ہیں۔

(ناکدرضا۔ کراچی)

کیل

سوال: میری عمر 21 سال ہے۔ چہرے پر تیزی سے کیلیں نمودار ہو رہی ہیں انہیں چھپانے کے لیے میک اپ کرتی ہوں تو کیلوں کی وجہ سے چہرے کی جلد سرخ، پھولی ہوئی رہنے لگی ہے۔



حکیم عادل اسماعیل

(در شہوار۔ ملتان)

جواب: چہرے کی صفائی کا خاص خیال رکھیں۔ تقریباً دو ہفتوں تک دن میں ایک مرتبہ منہ دھونے کے بعد تھوڑی سی شکر سے جلد پر مساج کریں (ہلکے ہلکے) اس کے بعد صاف پانی سے چہرہ دھولیں۔ نیم کے پتوں کا پیسٹ ایک چوتھائی چائے کا چمچ، ہلدی ایک چوتھائی چائے کا چمچ، صندل کا پاؤڈر اور تھوڑا سا مین ملا کر گاڑھا پیسٹ

جواب: متوازن اور صحت بخش غذا استعمال کریں۔ دن میں دس سے بارہ گلاس پانی پئیں۔ دھوپ سے بچنے کی کوشش کریں۔

چنے کی دال دودھ میں بھگو دیں، جب دال اچھی طرح بھیگ جائے تو اسے پیئیں۔ اس محلول میں ہلدی اور لیموں کا رس بھی شامل کر لیں اور روزانہ شام یا

رات کو پندرہ منٹ کے لیے چہرے پر لپ کریں۔ ہلکے ہلکے ہاتھوں سے اس آمیزے کو اتار کر تازہ پانی سے چہرہ دھولیں۔

بالوں کی حفاظت

سوال: میرے بال کھر دے، بے رونق ہو گئے ہیں۔ ان میں چمک بالکل نہیں رہی۔

تیار کر لیں اور اسے متاثرہ حصوں پر لگا کر کچھ دیر کے لیے چھوڑ دیں، جب خشک ہو جائے تو صاف پانی سے چہرہ دھو لیں۔

آدھا گھنٹہ یہ پیسٹ ہاتھوں پر لگا رہنے دیں۔ آدھا گھنٹہ بعد نیم گرم پانی سے دھولیں۔

سوال: میرے سر کے بال بہت زیادہ گر رہے ہیں اور سر میں خشکی و سکری بھی ہے۔ منگے سے مہنگا آئینہ اور شیمو بھی استعمال کر لیا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔

سفید بال
سوال: میری عمر 26 سال ہے۔ سر کے بالوں کی وجہ سے پریشان ہوں یہ تیزی سے سفید ہو رہے ہیں۔ نزلہ بھی اکثر رہتا ہے۔

جواب: روغن زیتون، تلوں کا تیل، روغن آملہ اور ناریل کا تیل، ہونز لے کر اچھی طرح مکس کر لیں۔ اس آمیزے کو بالوں کی جڑوں میں لگائیں۔ یہ عمل رات کو سونے سے پہلے کریں اور صبح کسی معیاری شیشو سے سر دھو لیں۔

(شاہد ضیاء فیصل آباد)

جواب: پہلے تو آپ نزلے کے لیے کسی معالج سے مشورہ کریں۔ نزلہ بھی اکثر بالوں کے سفید ہونے کا سبب ہے۔ ٹینشن، ٹینڈ کی کمی اور ذہنی دباؤ بھی بالوں کے سفید ہونے کی وجہ ہو سکتے ہیں۔

سوال: چہرے کے مقابلے میں ہاتھوں کی رنگت سیاہ ہے۔ یہ کھر دے اور بے رونق بھی ہیں۔ کرمیوں اور لوشن وغیرہ تو استعمال کرتی ہوں مگر برتن کپڑے اور فرش دھونے کی وجہ سے شاید ہاتھ خراب ہوتے جا رہے ہیں۔
آب کوئی آسان اور گھریلو نسخہ بتائے۔

جواب: سب سے پہلے تو یہ خیال رکھیں کہ جب بھی برتن کپڑے یا فرش دھوئیں تو ہاتھوں میں دستانے پہنیں کہ کوئی کیمیkal ہاتھوں کو نقصان پہنچاتے ہیں۔

باریک کٹے ہوئے بادام تین کھانے کے چمچ، پارسے
(باریک کاٹ لیں) ایک کھانے کا چمچ، انڈا ایک عدد، شہد
ایک کھانے کا چمچ، گلیسرین ایک کھانے کا چمچ۔

ایک برتن میں بادام یا رسلے مکس کر لیں۔ ایک

100 گرام نیم کے تازہ پتوں کو آدھا کلو پانی میں خوب ابالیں پھر چھان لیں۔ اس کے بعد دس گرام آملہ کوٹ کر اس پانی میں ڈال کر رکھ دیں۔ روزانہ صبح اس سے سرد دھو یا کریں۔

سوال: پانچ، چھ ماہ سے میری بھنوں کے بال کم ہوتے جا رہے ہیں۔ اس وجہ سے چہرہ عجیب سا لگتا ہے۔

(فائلہ رحیم - کوٹ)

جواب: انڈے کی تھوڑی سی زردی لے کر بھودوں پر لگائیے۔ ایک گھنٹے بعد دھو کر اس پر زیتون کا تیل لگائیے۔ یہ عمل ہفتہ میں تین مرتبہ کریں۔



ہے اگر آپ چاہیں تو اپنی پسند کی سبزی
 بدل بدل کر بھی پیزا تیار کر سکتی ہیں۔
 اس میٹھل دہی بڑے

اشیاء: تین آدھا کپ، نمک آدھا چائے کا چمچ، لال سرخ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، سفید زہر آدھا چائے کا چمچ،

ایک بڑے برتن میں پانی بھر کر ڈال دیں صرف ایک منٹ کے لیے اب ان کو نکال کر بغیر میوڑے دہی میں ڈال دیں۔

میں کر لیں پھر تھوڑا تھوڑا پانی ڈال کر
سرونگ ڈش میں نکال کر اوپر چاٹ
مسالہ چھڑک دیں اور پیش کریں۔
گاڑھا سا پیٹ بنا کر تقریباً 15 منٹ
پھینس کر بلے لکھے گئیں تو
افطاری کا خلف دو بالا ہو جائے گا۔

ایک منٹ
کے لیے رکھ

143

اشیاء: ٹماٹو کیچپ آدھا کپ، پنیر بدل بدل کر بھی پیزا تیار کر سکتی ہیں۔

آدھا کپ، ابلے ہوئے انڈے دو عدد
(باریک کئے ہوئے)، گاجر ایک عدد
(کٹی ہوئی)، لیگن ایک عدد، نمک یا کالی
مرچ حسب ذائقہ۔

ترکیب: روٹی پر ایک چمچ نمائو
سیچپ لگائیں اور پنیر بھی اچھی طرح
لگا دیں۔ انڈے کے ٹکڑے اچھی طرح
سے روٹی کے تمام حصے پر لگا دیں۔ گاجر

اور بیگن کے ٹکڑے بھی نفاست سے سجا دیں۔ حسب ذائقہ نمک یا کالی مرچ چھڑک دیں۔ اب اسے اوون میں 450 ڈگری سینٹی گریڈ پر دو منٹ تک

نہیں جائے گا بلکہ یہ نارمل
یاد رہے اس ترکیب میں روٹی کو موڑا

انداز میں رہے گی۔ **رمضان**

ہمارے یہاں
یہ طریقہ زیادہ
پسند کیا جاتا

13

رمضان



اگست ۲۰۲۰ء

اسپیشل چھوٹوں کی چاٹ

اشیاء: کالی چنے ایک کپ، آلو آدھا کپ (اگلے ہوئے)، املی کا رس آدھی پیالی، دبی آدھی پیالی (پھینٹ لیں)، کٹی سرخ مرچ ایک چائے کا چمچ، دھنیا، پودینہ، ہری مرچ ایک کھانے کا چمچ (سب ملا کر پیس لیں)، نمک ایک چائے کا چمچ، پابڑی دو کھانے کے چمچ (باریک کٹ کر لیں)، پیاز، ہری مرچیں، ٹماٹر سجاوٹ کے لیے۔

ترکیب: چنوں کو رات بھر اہال کر صبح کھانے کا سوڈا ڈال کر اچھی طرح گلا لیں، اب اس میں اگلے آلو اور دیگر تمام اشیاء ڈال کر ملائیں پھر اوپر سے ہری مرچ، پیاز اور ٹماٹر سے سجاوٹ کر کے پیش کریں۔

قیمے کے سموے

اشیاء: قیمہ آدھا کلو، ادھرک لہسن پیسٹ دو چائے کے چمچ، نمک حسب ذائقہ، ہلدی آدھا چائے کا چمچ، پیسا ہوا گرم مسالہ ایک چائے کا چمچ، ٹماٹر دو عدد، پیاز ایک عدد، ہری مرچ، ہرا دھنیا، پودینہ حسب ضرورت (باریک کٹا ہوا)۔

ترکیب: آئل گرم کر کے ادھرک لہسن پیسٹ ڈال دیں پھر قیمہ بھونیں پھر اس میں نمک، ہلدی لال مرچ، ہلدی گرم مسالہ بھی شامل کر دیں۔

ٹماٹر بھی کاٹ کر ڈال دیں اور اچھی طرح قیمہ بھون لیں، تھوڑا سا پکنے دیں تاکہ قیمہ گل جائے اور سب پانی خشک ہو جائے۔ ٹھنڈا ہونے پر قیمے میں لیوں نچوڑ لیں اور ایک پیاز کاٹ کر تمام ہرا مسالہ بھی قیمے میں ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔

اب سموے کے لیے میدہ کا آٹا تیار کریں (یا بازار سے بنی بنائی سموے کی پٹیاں ملتی ہیں وہ لیں)۔ اب ان میں قیمہ بھر کر ٹکڑے سموے تیار کر لیں، گرما گرم سموے تیار چٹنی، کیمچپ کے ساتھ کھائیں اور افطاری کا لطف دو بالا کریں۔

سویوں بھرے سموے

اشیاء: سویاں ایک پاؤ، شکر ایک پیالی، پستہ دس عدد، بادام بارہ عدد، الائچی آٹھ عدد، تل دو چمچ، کھوپرا ایک بڑا ٹکڑا (پتلا پتلا کاٹ لیں)، سموے کی پٹیاں حسب ضرورت، گھی تیلنے کے لیے۔

ترکیب: سب سے پہلے تھوڑا سا گھی گرم کر کے اس میں الائچی ڈالیں۔ اب اس میں سویوں کو بھون لیں اور ایک کپ پیس ہوئی چٹنی ملا کر دو منٹ چولہے پر رکھیں۔ پھر اتار لیں۔ اب کٹے ہوئے پستہ، بادام، کھوپرا اور تل چلاتے ہوئے فرائی کر لیں۔ آٹھ ہلکی سموے کی پیٹوں میں ڈال کر

فرائی کریں۔ بار بار چلاتی رہیں۔ پھر پانی، جینا پت، کھوپرا اور ٹماٹر ملا دیں۔ ڈھنکا ڈھانپ کر اہال آنے سے ذرا پہلے 35 سے 40 منٹ پکنے دیں۔

ہرے دھنیے کے پتے چلا کر ملا دیں اور چولہے سے اتار لیں۔

مسالہ دار آلو ٹکیاں

اشیاء: آلو آدھا کلو (اہال کر بھرتہ بنائیں)، سفید ڈبل روٹی کے چار سلائس، ساگودانہ آدھا کپ (پانی میں اس وقت تک بھگو دیں کہ پھول جائے اور پھر اس کا پانی نچوڑ کر اسے خشک کر لیں)، آدھے لیوں کا رس، نمک حسب ذائقہ۔

فلنگ کے لیے: ثابت زیرہ آدھا چائے کا چمچ، سرخ مرچ پیس ہوئی ایک چائے کا چمچ، سیاہ مرچ حسب ذائقہ، ثابت دھنیا آدھا چائے کا چمچ، سیاہ مرچ حسب ذائقہ، ہری مرچ تین عدد (کاٹ لیں)، انچور آدھا چائے کا چمچ، نمک حسب ذائقہ، لائم جس ایک چائے کا چمچ، ہرا دھنیا (کٹے ہوئے پتے) دو کھانے کے چمچ، تیل حسب ضرورت، دال چٹا (املی ہوئی) آدھا کپ۔

ترکیب برائے آلو ٹکیاں: ایک فرائی بین میں ایک کھانے کا چمچ تیل گرم کریں۔ زیرہ اور ثابت دھنیا ڈال دیں۔ پھر کٹ ہوئی

ہری مرچ، سرخ مرچ پیس ہوئی، نمک، سیاہ مرچ، انچور یا لائم جس ملا دیں۔ اچھی طرح مکس کر لیں۔

ہرے دھنیے کے پتے ملا دیں اور چمچ چلا دیں۔ پھر املی ہوئی دال ملا کر پانچ سے سات منٹ فرائی کریں۔ ٹھنڈا ہونے کے لیے ایک طرف رکھ دیں۔

اشیاء برائے آٹا: آٹا ایک پاؤ، میدہ تین پاؤ، گھی حسب ضرورت، چٹنی ایک چائے کا چمچ۔

ترکیب: ایک تھالے کر اس میں آٹا اور میدہ ڈال کر اچھی طرح سے مکس کر لیں۔ پھر چٹنی، نمک اور گھی شامل کر کے اسے گوندھ لیں۔ اگر ضروری ہو تو پانی بھی ملا دیں۔

اب اس آٹے کا بیڑا بنا کر اسے چپنا کر لیں اور اس میں فلنگ بھر دیں اور کناروں کو پلیٹ کر بیڑا بنائیں۔ پھر تیل سے رول کر کے روٹی بنائیں اور گھی میں گولڈن ہونے تک ڈپ فرائی کر لیں۔ رائیہ کے ساتھ سرور کریں۔

(اشیاء برائے راستہ): دبی ایک کپ، ہری مرچ چند، پودینہ سات پتے، ہرا دھنیا ایک چوتھائی گڈی، نمک آدھا چائے کا چمچ۔

ترکیب: دبی کو پھینٹ لیں۔ پھر اس میں باریک کٹا ہوا ہرا مسالہ اور نمک ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔ سرورنگ باؤل میں ڈال کر سرور کریں۔



نانی امان کی ڈائری

☆... آؤ کے چپس لٹانے میں بند کر کے اس کا مزہ اچھی طرح بند کر دیں اور پھر یہ لحاظ فرمادیں کہ چپس کتنی تیز رہیں گے۔

☆... بیکار کو کھانے سے پہلے اس کا چھلکا اتارنے کے بعد اسے وہ محسوس میں تقسیم کر کے تھوڑی دیر پانی میں بھگو دینے سے آنکھوں میں پانی نہیں آتا، جبکہ بیکار کو ملنا کھانے سے بھی زیادہ کھانے وقت آنکھوں سے آنسو نہیں بہتے۔

☆... پودوں کو زیادہ بڑھانے کے لیے چالنے کی پتلی۔ غلطی چالنے اور انڈوں کے پیسے ہونے چھلکے ڈالیں اس طرح پودے زیادہ تیزی سے تنہو نما پائیں گے اس کے علاوہ چالوں دھونے کے بعد پانی اور چالوں کی بجوسی ملی مٹی بھی مفید ہے۔

☆... چالوں کو کینڑے سے بچانے کے لیے ان میں ڈیڑھ گلو یا ایک نمک ملا دیں۔ یہ نمک ایک من چالوں کے لیے کافی ہے۔ جبکہ تین گلو چالوں میں ایک چمچ نمک بلدی میں قدر مائیں ملا کر ڈالنے سے بھی چالوں محفوظ رہیں گے اور بلدی کا رنگ چالوں دھونے وقت اتر جائے گا۔

☆... ذرہ یا کسی دوسری چیز کی چاشنی تیار کرتے وقت چینی ناقص ہونے کی وجہ سے میل آ جاتا ہے اگر اس پر دو دوہ کا چھینٹا دے دیں تو یہ چاشنی صاف ہو جائے گی۔

☆... بچے چنے پانی میں بھگو دیں اور پکھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے کھانے کا سوڈا ملا کر دھو کر پائیں تو چنے گل جائیں گے۔

☆... کوئی چیز کھانے وقت اگر چھری سے ہاتھ

کھ جائے تو چند کو مل کے کینڑے پر لگا کر اچھی پر لپیٹ لینے سے زخم جلدی بھر جاتا ہے۔

☆... ٹوٹے ہوئے انڈوں کو فیلنا جائے تو انڈے کا اندرونی مواد پیرنگل آتے ہیں لیکن اگر ٹوٹے ہوئے انڈوں کو کھانے سے پہلے پانی میں تھوڑا سا سرکہ ملا لیں تو انڈا نہ صرف اچھی طرح نائل جائے گا بلکہ اس کا اندرونی مواد بھی باہر نکل نکلے گا۔

☆... آؤوں کا چھلکا آسانی سے اتارنے کے لیے گرم گرم آؤ چپس لیں کیونکہ غصے آؤوں کے چھلکے اتارنے میں مشکل ہوتی ہے۔ آؤوں کا چھلکا جلد اتارنے کے لیے آؤوں کو کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے نمک سے پانی میں بھگو دیں تو چھلکا جلد اتر جاتا ہے۔ چھری یا چاقو کو گرم کر کے آؤ کا چھلکا اتار دے تو چھلکا اتارنے میں پریشانی نہیں ہوتی۔



سیب اپنی غذائیت کے لحاظ سے دنیا کا مشہور پھل ہے۔ بچے، بوڑھے، صحت مند اور مریض اسے رغبت سے کھاتے ہیں۔ یہ پھل زود ہضم اور بہت سے فوائد کا حامل ہے۔

سیب کی تقریباً چار ہزار قسمیں ہیں جو پینکڑوں سال سے حاصل کی جا رہی ہیں، ان اقسام کو تین گروپس میں تقسیم کیا گیا ہے۔ ایک وہ جو کھنے کے بعد خوراک کے طور پر استعمال ہوتا ہے، دوسرے جام، جیلی اور مرے وغیرہ کی شکل میں محفوظ کیا جاتا ہے، تیسرے وہ جو تزکاری کے طور پر پکایا جاتا ہے۔ تازہ سیب میں چودہ فیصد پانی ہوتا ہے، اس میں شکر اور پروٹین زیادہ ہوتی ہے، سیب میں سب سے زیادہ پروٹین ہوتی ہے۔ اس کے چھلکے میں وٹامن سی کافی مقدار میں پایا جاتا ہے۔ ایک سو گرام سیب کے گودے میں غذائی طاقت 24 حرارے ہوتی ہے۔

نہنے بچوں کے پیٹ کے امراض کے لیے سیب خاص طور پر فائدہ مند ہے۔ سیب کھانے سے ایک نئی طاقت کا جسم میں احساس ہوتا ہے۔ فاسفورس اور فولاد کی موجودگی کے باعث یہ پھل ایک بہترین غذا بھی ہے۔ سیب، دماغی صلاحیتوں میں بھی اضافہ کرتا ہے۔



جسم کو فربہ کرتا ہے۔

بے خوابی کے لیے

بیٹھے سیب 2006 گرام رس نکال کر اس میں تین گرام بھی دانے پوٹلی باندھ کر جوش دیں اور ٹھنڈا ہونے پر پی لیں۔

جگر کی جھجکی کے لیے

کچھ لوگوں کا کام بیٹھے رہنے کا ہوتا ہے، اس سے جگر کے فعل میں سستی آ جاتی ہے اور جسمانی اور ذہنی صلاحیتیں رنگ آلودہ ہو جاتی ہیں، جسم کمزور ہونے لگتا ہے اس کے تدارک کے لیے ایک عدد میٹھا بڑا سیب لے کر پھانکیں کر کے چھنی پلیٹ میں ایسی جگہ رکھیں جہاں چاند کی روشنی بخوبی پڑے، صبح اٹھ کر کھالیں، ایک ڈیڑھ ماہ اس طرح سیب کھانے سے آپ اپنے اندر حیرت انگیز تبدیلی محسوس کریں گے۔

بھوک بڑھانے کے لیے

اگر آپ کا معدہ کمزور ہو چکا ہے اور کچھ کھانے پینے کو دل ناچاہتا، ہو کمزوری بڑھ رہی ہو تو ایک ترش سیب کارس نکال کر اسے میں ملا کر پکا کر کھائیں، چند روز کے بعد بھوک از خود پیدا ہوگی۔ تازہ سیب کے رس میں سیاہ مرچ، زیرہ اور نمک کا سفوف چھڑک کر پینے سے معدے کو تقویت ملتی ہے اور بھوک گنتی ہے۔

علی اسامہ

تقویت دماغ کے لیے

ایک گلو چھیلے ہوئے سیب کے لیے ایک گلو چھنی لے کر اس میں ڈھائی سو گرام پانی ڈال کر قوام تیار کر لیں اور اس میں سیب کی کاشیں ڈال کر بیس منٹ تک لگائیں اور

یونانی طبیب سیب کی اہمیت کو تسلیم کرتے ہیں۔ طب میں ضعف قلب اور کمزوری کے لیے سیب کا مرہب بکثرت استعمال کروایا جاتا ہے۔ سیب فرحت پیدا کرتا ہے، دل و دماغ جگر اور معدہ کو قوت بخشتا ہے اور سوکھے



یہ بات تو سب دنیا مانتی ہے کہ فطرت سے بڑھ کر کوئی ماہر حسن نہیں ہے۔ کائنات کو لے لیجیے! ہر جگہ ایک ترتیب اور حسن نظر آئے گا، جو ثابت کرتا ہے کہ ایک ذات عظیم نے ہر جاندار کو جان کو حسن بخشا ہوا ہے۔ دریا کے کپتے پتھروں میں بھی وہ کشش ہوتی ہے کہ بڑے بڑے گھروں کو ڈیکوریٹ کرنے کے وہ کام آتے ہیں۔

سمندر کی سپیوں کی سجاوٹ سے

کون انکار کر سکتا ہے۔ ان کے توزیور تک خواتین اپنے حسن کے نکھار کے لیے پہنتی ہیں۔ پھر قدرتی نباتات کی کیا بات ہے۔ تمام مصنوعی کیمیکلز تیار شدہ اشیاء کے مقابلے میں نباتاتی اشیاء جیسے گراس ویڈ، لیو، آملہ، ریٹھا وغیرہ حسن میں اضافے کا باعث بنتے ہیں اور اب تو ان سے تیار کردہ پراڈکٹس مارکیٹ میں اچھی خاصی مہنگی ملتی ہیں۔

مساموں کے اندر تک صفائی کر کے جلد کو تروتازہ اور زندگی سے بھرپور بناتے ہیں۔ یہ جلد کو چمک اور نرمی بھی عطا کرتے ہیں۔ کام کاج کے بعد ان کے لوٹن ہاتھوں پر خوب اچھی طرح مساج کر لیے جائیں تو ہاتھ ہمیشہ نرم و ملائم رہتے ہیں۔

قدرتی اجزاء جلد کی جذب کرنے کی صلاحیت کو بھی بڑھاتی ہیں۔ یہ نباتاتی اجزاء مضر اثرات کی روک تھام اور جلد کی حفاظت کا کام بھی انجام دیتی ہیں۔

چند بے مثال نباتاتی اشیاء جن کو بین الاقوامی سطح پر جلد کی صحت اور حسن کے اضافے کے لیے استعمال کیا جا رہا ہے، مثلاً یو کلپس آئل، لوشن وغیرہ صندل کی لکڑی سے تیار کردہ ہاڈی اسپرے، ڈیوڈرمنٹس، رنگ نکھارنے کی کریمیں وغیرہ، لونگ، کافور، گاڈوچم، لیو، شہد، کھیر، سی ویڈ، لین گراس، پہاڑی تیل، چمچر، کریمیں وغیرہ جلد کی صحت و صفائی اور اس کی حفاظت میں بے حد اہم کردار ادا کر رہے ہیں۔ ان میں سے کئی تو دوران خون کے لیے بھی مفید ہیں۔ جلد کے

ہو جائیں تو اس میں چینی ملا دیں اور خوب پکٹے دیں باریک بلبلے آنے لگیں تو اتار لیں اسے کسی پیالہ میں ڈال کر چھر منٹ تک رکھیں اور پھر کسی کھلی پلیٹ میں الٹ دیں یہ ایک زود ہضم جلی ہے۔

پیساس میں مفید

یہ بالکل آسان نسخہ ہے زیادتی پیاس کے وقت ایک سیب کا ایک ٹکڑا لیں اور اس کو اپنے منہ میں رکھ کر چوسنا شروع کر دیں، آپ کو خود ہی چند لمحات میں معلوم ہو جائے گا کہ پیاس ختم ہو چکی ہے۔

تپ دق کے لیے

مریض کو سیب مسلسل استعمال کرائیں، اس سے پیچھے پڑوں کے نظام پر کافی اچھا اثر پڑتا ہے۔

مقوی دماغ

سیب میں فاسفورس کا جزو پایا جاتا ہے جس کی وجہ سے سیب ایک مقوی غذا بن گیا ہے، اس لیے دماغی کام کرنے والے اصحاب کے لیے یہ ایک نعمت خدا داد ہے۔ آپ روزانہ نہاد منہ دو تین سیب کھالیں اس کے بعد دودھ نوش فرمائیں۔



رات پھر پڑا رہنے دیں اور پھر پکائیں، خوب گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں، چاندی کے ورق لگا کر حسب خواہش استعمال کریں، مقوی قلب اور مقوی دماغ ہے۔

معدے کے امراض کے لیے

حلہ سیب تیار کریں۔ سیب لے کر صاف کر لیں اور بلکے پانی کا چھینٹا دے کر دم دیں۔ حسب خواہش چینی یا شہد ملا کر نوش فرمائیں۔ دل اور معدے کے امراض کے لیے مفید ہے۔

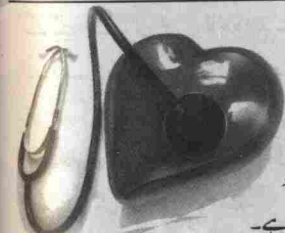
جگر اور معدے کے لیے

ٹھٹھے سیب کارس لے کر جوش دیں جب چوتھائی حصہ رہ جائے تو نصف وزن شہد ملا کر پکائیں اور قوام گاڑھا کر لیں اس کے بعد اتار کر سرد کر لیں اس کی خوراک چھ گرام سے بارہ گرام تک ہے۔ جگر اور معدے کو تقویت دیتا ہے اور غشی کو دور کرتا ہے۔

جلدی بضم ہونے کے لیے

ترش ذائقہ سیب دھو کر باریک ٹکڑے کر کے کسی پتی میں ڈال کر اتنا پانی ڈالیں جس میں وہ ڈوب جائیں۔ ایک کلو ایک اونس کے حساب سے لیو کارس شامل کر لیں اور آگ پر پکائیں جب سیب کے ٹکڑے نرم

ہلدی دل کے لیے انتہائی موثر



حالیہ تحقیق میں ماہرین نے کہا ہے کہ ہلدی کا عرق بائی پاس سرجری کے فوراً بعد مریضوں کے دل کے دورے پر قابو پانے میں مدد دے سکتا ہے۔ بائی پاس سرجری کے دوران خون کے بہاؤ میں طویل کی وجہ سے دل کے پشوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے، جس سے مریض کے لیے دل کے دورے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

تاہم تھائی لینڈ کی شیا گنگائی یونیورسٹی کے محققین نے کہا ہے کہ ہلدی کا عرق اس خطرے کو کم کرنے میں مددگار ثابت ہو سکتا ہے، جسے روایتی طریقہ علاج کے ساتھ استعمال کرنا ہو گا۔ اس تحقیق کے لیے ایسے 121 مریضوں کا مشاہدہ کیا گیا ہے جنہوں نے غیر ہنگامی بائی پاس سرجری کروائی۔ ان میں سے نصف مریضوں کو ہلدی کے اجزاء پر مشتمل کیپسول دیے گئے۔ ہلدی کی مدد سے ان مریضوں میں دل کے دورے کا خدشہ 65 فیصد کم ہوا۔

مرہوں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے، بالخصوص ایلویرا، بے حد مفید نباتات ہے اور جلد کی سوزش یا ورم ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ صندل کی کریمیں، جلد کو دھوپ کی تیزی، دہل، دانے اور پھنسی، پھوڑوں سے محفوظ رکھتی اور جلد کو نکھار بخشتی ہے۔ ان قدرتی نباتاتی اجزاء میں سے کچھ کی ماش جلد کے لیے خوراک کی اہمیت رکھتی ہے۔

بالوں کا پودا، ہند گو بھی، گاجر، کھجور، خوبانی، بادام صحت و تندرستی کو برقرار رکھتے ہیں، ساتھ ہی جلد کو بھی جھریوں سے پاک اور خوبصورت رکھتے ہیں۔

خواتین ان کے استعمال سے اپنی عمر سے کافی کم اور دلکش نظر آتی ہیں۔

کئی نباتاتی مصنوعات بہترین مونچھ انڈر کا کام دیتی ہیں اور جلد کی نمی کی حفاظت بھی کرتی ہیں۔ قدیم چین میں پایا جانے والا پودا جسٹنگ آئیڈیل کلینر ثابت ہوا ہے۔ یہ جلد کو نمی پہنچانے اور چکنی جلد کو نارمل بنانے کی صلاحیت رکھتا ہے۔

عرق گلاب چکنی جلد کا محافظ ٹانک سمجھا جاتا ہے۔ یہ رنگت بھی نکھارتا ہے۔

ہلدی، مہندی، لیموں ریٹھا جلد کے لیے بہترین کلینرز مونچھ انڈر ہیں۔ یہ سر کے بالوں کی حفاظت افزاء گرو تھ میں بھی اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ نباتات سے تیار کردہ پرفیومز بھی مصنوعی پرفیومز سے زیادہ عمدہ اور دیر پا خوشبو رکھتے ہیں۔

اب اکثر خواتین غسل سے پہلے ہلدی اور لیموں کے مساج سے اپنی جلد کو بہترین غذائیت مہیا کرنے لگی ہیں، جس سے جلد چمکدار اور نرم و ملائم ہو جاتی ہے۔ دانوں سے محفوظ رہتی ہے۔ اٹن (ہلدی سے بنی ہوئی) چہرے پر مساج کرنے سے چہرے کا رواں ختم ہو جاتا ہے

اور تھریڈنگ وغیرہ کی ضرورت نہیں پڑتی۔ اس کے علاوہ رنگت کھڑ آتی ہے۔

شہد تو بے ہی بہترین مونچھ انڈر اور اسے خوبانی کے ساتھ مکس کر کے پیسٹ بنا کر چہرے ہاتھوں، پیروں پر مساج کیا جائے تو اس سے کھلے مسام بند ہو جاتے ہیں اور جلد چمکدار اور مقناطیسی نظر آتی ہے۔ سردیوں کے موسم میں یہ بے حد کار آمد نسخہ ہے جو جلد کو جلاکتے ہواؤں کی شدت سے بچاتا ہے۔

لیسن گراس جلد کو مختلف امراض سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔ خوشبودار پودے جیسے لیونڈر، یاسمین، کالے گلاب کے تیل چہرے اور جسم کو سڈول بناتے ہیں اور جلد کو بے پناہ کشش بخشتے ہیں۔

بال صاف کرنے کی عام ویکس بھی آج کل چینی اور لیموں کو ایک خاص مقدار میں مکس کر کے تیار کی جاتی ہے۔ آپ کو اس بات پر شاید حیرت ہو کہ ہاتھی دانت اور گیندے کے صوف سے برص کی بیماری کا علاج بھی مفید ثابت ہو رہا ہے۔

مین، گندم کا بھوسہ اور چھان وغیرہ بھی جلد کی کلینزنگ میں بے حد کار آمد ثابت ہو رہے ہیں۔ ان قدرتی اشیاء کو استعمال کرنے سے جلد کی کم عمری اور صحت و کشش میں اضافہ ہوتا ہے جبکہ صابن اور دیگر مصنوعی اشیاء کے استعمال سے جلد جلد بوڑھی ہو جاتی ہے۔

نباتی اشیاء کی پروڈکشن مارکیٹ میں ملتی ہیں اور انہیں گھر میں بھی مختلف طریقوں سے تیار کیا جاسکتا ہے۔ بلکہ لیموں، کھیر، ہلدی وغیرہ کو تو اسی طرح سے جلد پر مساج کر کے بہترین نتائج حاصل کیے جاسکتے ہیں۔ شہد کے مساج سے چہرے کی رنگت ایسی کھڑتی ہے کہ لوگ دیکھ کر حیران رہ جائیں۔



صحت مند، نرم و ملائم اور خوبصورت جلد کو ہر خاتون کا بیش بہا سرمایہ کہا جاسکتا ہے۔ صنف نازک میں اپنی جلد کی حفاظت کا رجحان خاصا ہے، بلکہ اب تو مرد حضرات بھی اپنی جلد کی حفاظت کے بارے میں خاصے باشعور ہو گئے ہیں۔ اگر آپ اپنی جلد کو سال کے بارہ مہینے

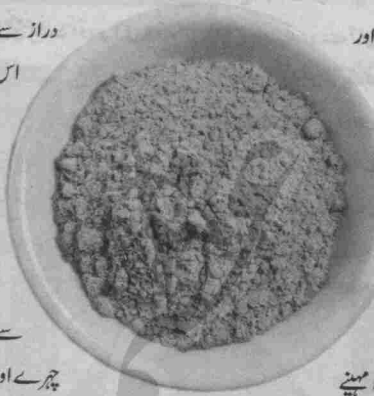
اس رمضان میں بیس سے صرف پکڑے ہی نہ بنائیں بلکہ

نرم و ملائم رکھنا چاہتی ہیں تو آپ کو ہر موسم میں اس کی حفاظت کرنے کی ضرورت ہے۔



قدرت نے ایسی بے شمار نعمتیں فراہم کی ہیں جن سے انسان کئی طرح کے فائدے اٹھا سکتا ہے۔ غذائی اجناس میں مین کا شمار بھی ایسی نعمتوں میں ہوتا ہے۔ مین کا نام سننے ہی ذہن میں پکڑوں کا خیال آتا ہے لیکن مین صرف پکڑے بنانے یا دوسرے کھانوں میں استعمال نہیں ہوتا بلکہ یہ حسن نکھارنے کا ذریعہ بھی ہے، یہ سولہ سنگھار میں بھی شامل ہے۔ عرصہ

دراز سے نوجوان لڑکیاں اور خواتین اس کو خوبصورتی میں اضافے کے لیے استعمال کر رہی ہیں۔



ایک چمچ مین کو ایک چمکی ہلدی، چند قطرے لیموں کا رس، ایک چوتھائی چمچ زیتون کا تیل اور تھوڑے سے دودھ کے ساتھ یکجا کر کے چہرے اور گردن پر لگائیں، مین پچیس منٹ بعد دھولیں۔ یہ جلد کی صفائی کے لیے

اپنا رنگ روپ سنہاریں

بہترین ماسک ہے۔ اسکن گلو ماسک: املی کی جڑ کو کچھ دیر پانی میں بھگو کر گرائنڈ کر لیں، اس میں مین ملا کر چہرے، ہاتھوں اور جسم کے دوسرے حصوں پر لگے کہ دس منٹ بعد دھولیں، آپ محسوس کریں گی کہ جلد ملائم اور چمکدار ہو گئی ہے۔

کولنگ ماسک: گرمیوں کے لیے بہترین ماسک ہے۔ ایک چمچ مین میں دہی ملا کر آدھا گھنٹہ چہرے اور گردن پر لگا کر پندرہ منٹ بعد صاف پانی سے دھولیں۔

چمکی جلد: دو بڑے چمچ شہد میں ایک چھوٹا چمچ لیموں کا رس، ایک چھوٹا چمچ عرق گلاب اور ایک چمچ مین ملا کر چہرے



پر لپ کریں پانچ منٹ بعد دھو لیں۔

خشک جلد: ایک چائے کا چمچ خشک دودھ اسی کا ہم وزن تین اور دو چھوٹے چمچ عرق گلاب کس کر کے پندرہ سے تین منٹ چہرے پر لگائیں۔ دس منٹ بعد دھو لیں جلد نرم و ملائم اور جاذب نظر ہو جائے گی۔

فیس واش: بلدی، بالائی، صندل پاؤڈر اور تینس کا ایک ایک چائے کا چمچ کس کر کے ہر روز چہرے پر لگائیں یہ بہت اچھا میس واش ہے۔

بیسن ہیک: ایک چمچ تینس، ایک چمچ بلدی، آدھا چمچ شہد اور آدھا چمچ زیتون کا تیل باہم ملا کر چہرے اور گردن پر اچھی طرح لپ کریں اور خشک ہونے پر دھو لیں۔

ملائم اور چمکدار جلد: اگر آپ کی خواہش ہے کہ آپ کی جلد ملائم اور چمکدار

ہو تو اس کا آسان ساحل یہ ہے کہ نہانے سے پہلے زیتون کا تیل، بادام کا تیل اور ناریل کا تیل کچا کر کے اپنے جسم پر مالش کریں اور بعد میں اپنے جسم پر تینس کو ملیں۔ یہ موسم سرما اور موسم بہار کے لیے بہترین ٹانک ہے۔

چہرے کے دانے: دہی اور تینس ملا کر چہرے پر لگائیں اور مکمل خشک ہونے پر گڑھے ہوئے اتاریں۔ ہر دو دن بعد یہ عمل کریں۔ داغ دھبے ختم کرنے کے لیے بھی یہ ماسک استعمال کیا جاسکتا ہے۔

داغ دھبوں کے لیے: کھیرے کے رس میں تینس ملا کر پیسٹ بنائیں، چہرے پر خشک ہونے تک لگا رہنے دیں۔ اس سے کھلے مسام بھی بند ہو جائیں گے۔

ایک چائے کا چمچ کریم، تھوڑا سا شہد، ایک چمچ بلدی



کو ایک بڑے چمچ تینس میں کس کر کے چہرے پر ہر روز لگائیں اور پندرہ سے تین منٹ بعد چہرہ دھو لیں۔

اسکن کیئر: چار عدد بادام، بڑھ چائے کا چمچ تینس، ایک چائے کا چمچ دودھ اور چار قطرے لیموں کا رس کس کر کے چہرے پر پندرہ منٹ لگائیں اور پھر دھو لیں۔ ایک لیموں کے رس کو تینس، بالائی اور شہد کے ساتھ ملا کر لگانا خشک جلد کے لیے فائدہ مند ہے۔ کریم اور شہد کی جگہ صندل پاؤڈر اور دہی کا استعمال نارمل سے چکنی جلد کے لیے اچھا ہے۔

گردن کی صفائی: ایک لیموں کا چھلکا تقریباً آدھا کپ پانی میں ابال کر ٹھنڈا کر لیں۔ اب اس میں چار کھانے کے چمچ تینس، ایک چمچ بلدی ملا کر پیسٹ بنالیں۔

اس سے گردن کا مساج کریں اور پانی سے دھونے کے بعد کسی

کریم میں چند قطرے عرق گلاب ملا کر لگائیں۔ یہ مساج ہفتہ وار کریں۔ اس سے گردن کی سیاہی دور ہو جائے گی۔

چکنی جلد کی صفائی: چکنی جلد کے لیے ایک لیموں کے رس میں ایک کھانے کا چمچ تینس اور چند قطرے عرق گلاب ملا کر ماسک تیار کر لیں اور دس منٹ لگا رہنے دیں۔ پھر دھو کر کوئی اسکن ٹانک لگائیں۔

کیل، مہاسے اور دانے: کیل مہاسے اور دانے دور حاضر کا اہم مسئلہ ہے، اس سے نبرد آزما ہونے کے لیے ایک چمچ تینس میں ایک چمچ دار چینی پاؤڈر اور چوٹھائی چمچ شہد میں تھوڑا سا دودھ پانی ملا کر گاڑھا پیسٹ بنالیں اور اپنا چہرہ دھو کر خشک کرنے کے بعد لگائیں کچھ دیر بعد ہاتھوں کو گیل کر کے چہرہ تھپتھپائیں اور آہستہ سے مساج

کرتے ہوئے اتاریں پھر منہ دھو لیں۔ اگر خشک محسوس ہو تو نمو سچر اتر لگائیں۔

کھنوں، گردن اور ہاتھ کا کلاہن: کھنوں، گردن اور ہاتھ کا کلاہن بھی اہم مسئلہ ہے اور یہ لگتا بھی برا ہے۔ اس کو ختم کرنے کے لیے تینس میں پانی ملا کر اس پیسٹ کو روزانہ چہرے پر لگائیں، جب خشک ہونے لگے تو رگڑتے ہوئے اتاریں بعد میں تازہ پانی سے دھو لیں۔ اس طریقہ سے روئیں کمزور ہو کے آہستہ آہستہ ختم ہو جائیں گے۔

آنکھوں کے حلقے: ایک چھوٹا چمچ تازہ نمائے کے رس میں آدھا چمچ لیموں کا رس اور ایک بڑا چمچ تینس ملا کر اس کو دس منٹ حلقوں پر لگا کے صاف کر لیں۔

باڈی اسکرپ: ایک بڑا چمچ تینس ایک چمچ کارن فلور میں پانی ملا کر اس سے باڈی مساج کریں، یہ ایک زبردست اسکرپ ہے جو آپ کے جسم سے مردہ خلیات کو ختم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

گہرے ریلو آئین: ایک تینس کے چمچ کو دودھ کی بالائی کے ساتھ ملا لیں اس میں چند قطرے لیموں اور ایک چمچ بلدی ڈال کر گاڑھا آئینہ بنالیں۔

چہرے سے چمکناٹ کا عامہ: میک اپ کرنے سے پہلے چہرے کی زائد چمکناٹ دور کرنے کے لیے تینس میں لیموں کا رس ملا کر اس ماسک کو میک اپ سے پہلے دس منٹ لگائیں۔ چہرہ دھو کر عرق گلاب یا اسکن ٹانک لگا کے میک اپ کریں۔

جو بھی ماسک لگائیں اس سے پہلے جلد کو دھو کر خشک کر لیں۔ آنکھوں، آنی برو اور ہونٹوں کے گرد حساس جلد پر نہ لگائیں۔ آپ اپنی جلد کی مناسبت سے تینس کی مقدار کم یا زیادہ کر سکتی ہیں۔



اگست ۲۰۱۲ء

کو آزمودہ دھتے والے متوجہ ہوں



اور اب تک آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع نہیں مل سکا ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے لیے قلم اٹھائیے۔۔۔۔۔ یہ خیال رہے کہ موضوع اور

تحریری حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس کریں۔ آپ طبع زاد تحریروں کے علاوہ تراجم بھی ارسال کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد کی فوٹو اسٹیٹ کاپی منسلک کرنا ضروری ہے۔ مضمون کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں کیونکہ اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات کو تحریر کی زبان دیجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پلک سنوارنا ادارہ کی ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی ڈائجسٹ،

1-D، 1/7 ناظم آباد۔ کراچی

دورانِ حمل متوازنہ

مناسب اور صحت مند غذا

غذا کی اہمیت
ہر وقت برقرار رہتی ہے لیکن
دورانِ حمل اس کی ضرورت
میں بہت زیادہ اضافہ ہو جاتا ہے۔

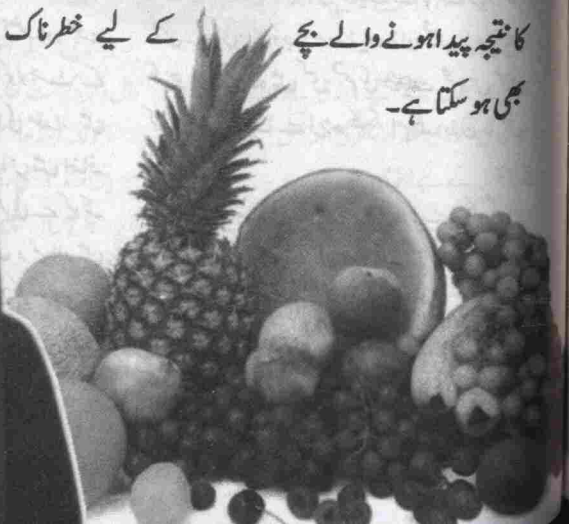
دورانِ حمل ماں میں کئی جسمانی اور Metabolic تبدیلیاں رونما ہو رہی ہوتی ہیں۔ ان تبدیلیوں کے دوران ماں کو درست غذائیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ ماں کی خوراک اور بچے کی صحت میں براہِ راست تعلق ہے۔ ناقص غذا

اگر ایک ماں دورانِ حمل ناکافی اور ناقص خوراک لیتی ہے تو اس صورت میں بچے کی وقت سے پہلے پیدائش، بچے کے وزن میں کمی، نجیف و نزار بچے کے علاوہ مردہ بچے

کی پیدائش جیسی انتہائی سنگین صورتحال کا سامنا ہو سکتا ہے۔ دورانِ حمل ناکافی اور ناقص خوراک لینے سے بچے کے ساتھ صرف پیدائش کے وقت ہی نہیں بلکہ بعد میں بھی کئی مسائل لاحق ہو سکتے ہیں، جس میں بچے کی صحت مند نشوونما میں رکاوٹ، بچے کی ذہنی استعداد کا ناقص ہونا، یادداشت کا مسئلہ اور کمزور قوت مدافعت شامل ہے۔ متوازن غذا:

یہاں اس امر کی بھی نشاندہی ضروری ہے کہ صحت

حاملہ خاتون کو عام خواتین کی نسبت پروٹین کاربوہائیڈریٹس، چکنائی، معدنیات، وٹامنز کی اضافی مقدار اور بہت زیادہ پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر ماں بننے والی خاتون دورانِ حمل ناکافی اور ناقص خوراک لیتی رہے تو اس کا نتیجہ پیدائش والے بچے کے لیے خطرناک بھی ہو سکتا ہے۔



شرع ہو جانا چاہیے، اگر عورت کو حمل ٹھہرنے سے پہلے لہنیسیا یعنی خون کے شرف و زلات میں کمی کا مرض لاحق ہو تو اس کا علاج بھی بے حد ضروری ہے۔

اگر شوہر کو سگریٹ کی عادت ہو تو انہیں باپ بننے سے پیشتر لازمی طور پر اس سے چھٹکارا پانا چاہئے۔ سگریٹ کا زہر یلا دھواں تو نفعی جان کے لیے بہت بڑا خطرہ ہے۔

ماں کی غذا اور بچے کے وزن کا تعلق:

جب حمل کی تصدیق ہو جائے تو اب آپ کو اپنی غذا پر پہلے سے زیادہ توجہ دینے کی ضرورت ہے، ایسی غذاؤں کا استعمال آپ کے رحم میں پرورش پانے والے جنین کی نشوونما اور بڑھوتری کے لیے ضروری ہے۔ یہ غذا جسم میں تیزی سے ہونے والی تبدیلیوں کو مضبوط سہارا دینے کے لیے بھی کافی ہونی چاہئے۔

ان تمام باتوں کا یہ مطلب نہیں کہ حاملہ خاتون بے تحاشہ اور بے وقت کھانا شروع کر دیں۔

اکثر بڑی عمر کی خواتین حاملہ کو یہ مشورے دیتی نظر آتی ہیں کہ انہیں اب دو جانوں کا کھانا کھانا چاہیے۔ یہ سوچ درست نہیں ہے۔

دورانِ حمل حاملہ خواتین کو مفید زود ہضم اور صحت بخش غذاؤں کی متوازی مقدار اپنی گائنا کو لو جوٹ کے مشورے سے استعمال کرنی چاہیے۔ غذا کی مقدار میں توازن رکھنا اور دن بڑھنے کے ساتھ ساتھ اس میں اضافہ گائنا کو لو جوٹ اپنے تجربے کی روشنی میں کرتی ہے کیونکہ بچہ ایک غلیے سے لے کر تقریباً 4-6 کلو تک رجم مار میں بڑھتا ہے۔ جبکہ اسی وزن کا اوسط 3-2.7 کلو گرام تک بھی ہے۔ اسی حساب سے غذا کی مقدار میں توازن رکھنا ضروری ہے۔

حاملہ خاتون کو وہ غذا چاہیے جو دورانِ حمل اس کے بڑھتے ہوئے وزن کے عین مناسب ہو۔ ایک نارمل جسمانی کیفیت اور خدوخال رکھنے والی خاتون حمل کے دوران 10kg (دس کلو گرام) سے لے کر 12kg (بارہ کلو گرام) تک وزن بڑھا سکتی ہے۔ یہ ایک نارمل اندازہ ہے جس کے مطابق نو مہینوں میں دورانِ حمل اتنا وزن بڑھ جاتا ہے لیکن ایک کمزور یا دیہاتی عورت کا حمل کے دوران زیادہ سے زیادہ غذا لینے کے باعث 13 سے 18 (تیرہ سے اٹھارہ) کلو گرام تک وزن بڑھ سکتا ہے جبکہ ایک خیرہ اندام یا زیادہ وزن رکھنے والی خاتون کو کوشش کر لینی چاہیے کہ وہ دورانِ حمل چینی اور چکنائی پر مشتمل غذاؤں سے پرہیز کر کے اپنے وزن کو سست سے گیارہ کلو گرام سے زیادہ بڑھنے دے۔

لیکن یہاں یہ بات بھی طے ہے کہ دورانِ حمل ڈاننگ سے اجتناب برتنا چاہیے۔

ابتدائی تین ماہ:

عام طور پر حاملہ خواتین کی بڑی تعداد حمل کی ابتدائی سہ ماہی یعنی حمل کے ابتدائی تین ماہ میں مختلف قسم کی طبی پریشانیوں مثلاً غذا سے کراہیت، بخار، متلی، صبح کے وقت کی کسملندی وغیرہ کی شکایات کے باعث زیادہ غذا نہیں لے پاتی، اسی وجہ سے وہ زیادہ وزن نہیں بڑھ پاتیں مگر جو ان تین ماہ میں کسی قسم کی شکایات محسوس نہیں کرتیں وہ بھی ایک سے ڈیڑھ کلو گرام تک وزن حاصل کر لیتی ہیں۔

ابتدائی سہ ماہی کے بعد تقریباً ہر ماہ 1 سے 2 کلو گرام وزن بڑھ جاتا ہے یہ عمل نو ماہ تک قائم رہتا ہے۔

حاملہ کی غذائی ضروریات:

ایک حاملہ خاتون کو پروٹین، کاربوہائیڈریٹس، چکنائی، معدنیات، وٹامنز اور بہت زیادہ پانی کی ضرورت

ہوتی ہے جس سے ماں اور بچے (جنین) صحت مند رہتے ہیں۔ سمجھ لیجئے کہ پروٹین صحت مند جسم کے لیے ان اینٹیوکس کا کام سرانجام دیتے ہیں جو مضبوط جسم کی تعمیر کرتی ہیں۔ کاربوہائیڈریٹس جسم کو توانائی فراہم کرتے ہیں

Essential Fatty Acids (اہم چکنائی)

رشتے) اور چکنائی جسم کو توانائی فراہم کرتے ہیں اور دماغی صحت اور نشوونما کے لیے ضروری ہیں۔

اس کے علاوہ جسم کے لیے لازمی وٹامن A، وٹامن D، اور وٹامن K جسم میں انجذاب کے لیے بھی ضروری ہیں، لیکن ہمارے جسم کو فراہم کی جانے والی کیلوریز کا صرف 30 فیصدی اس سے بھی کم حصہ چکنائی کے لیے مختص ہونا چاہیے۔

حاملہ خواتین کے لیے ابتدائی تین ماہ میں فولی ایس بہت ضروری ہیں، کیونکہ یہ نشوونما کے خلل سے تحفظ فراہم کرتے ہیں۔

کیلشیم ہڈیوں کی بناوٹ، تخلیق اور نشوونما کے لیے ضروری ہے۔

آئرن خون کے لیے لازمی ہے اور وٹامنز و معدنیات کی تھوڑی مقدار مجموعی اور تسلی بخش نشوونما اور بڑھوتری کے لیے لازمی ہے۔

دودھ، کیلشیم کے حصول کا بہت بڑا ذریعہ ہے اسے شیک (Shake) اور پروٹین پاؤڈر کے ساتھ لیا جاسکتا ہے۔ کافی اور چائے کے ساتھ دودھ اپنی خوبیاں کھودیتا ہے اس طرح صحت بخش غذاؤں کے استعمال کے ساتھ کافی اور چائے نہ لی جائیں کیونکہ یہ غذا کے غذائیت فراہم

کرنے والے اجزاء کو متاثر کرتے ہیں۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ کھانے کے فوری بعد بھی چائے یا کافی نہ لی جائے کیونکہ یہ آئرن (فولاد) کے انجذاب پر اثر انداز ہو سکتی ہے۔ وٹامن سی سے بھرپور لیمن جوس، امر اور دیگر کیٹو ضرور لیے جائیں کیونکہ یہ فولاد کے انجذاب میں اضافہ کرتے ہیں۔

غذائی اجزاء کے حصول کے قدرتی ذرائع

پروٹین کے مناسب حصول کے لیے دودھ، گوشت، مچھلی، مرغی، انڈے، سویا بین کی پروڈکٹس اور کاربوہائیڈریٹس کے لیے ڈبل روٹی، سیریلز، چاول، آلو، پاستا، پھل اور سبزیاں لی جائیں۔

چکنائی یا Fats کے حصول کے لیے گوشت، دودھ اور دودھ سے بنی تمام اشیاء ڈرائی فروٹس، مونگ پھلی کا مکھن وغیرہ لیجئے۔

کیلشیم کو دودھ، پنیر، دہی، ساگ اور مچھلی سے حاصل کریں۔ جبکہ آئرن کے لیے سبز پتوں والی سبزیاں، دال، گڑ، گوشت کھائیے۔

فولک ایسڈ حاصل کرنے کے لیے ہرے پتوں والی سبزیاں، بند گو بھی، گاجر، مچھلی، انڈے گہرے زرد پھلوں اور سبز پلوں، پھلیوں، مٹر اور ڈرائی فروٹس سے استفادہ کیجئے۔

اس کے علاوہ وٹامنز کے حصول کے لیے گاجر، سٹرس پھل، مٹر، پھول گو بھی وغیرہ غذا میں شامل کیجئے۔ غرض یہ کہ آپ کی غذا میں جتنی اقسام کی اشیاء ہوں گی

آپ کے جسم میں غذائیت کا ذخیرہ اتنا ہی شاندار ہوگا۔
اہم نکات (یاد رکھنے کی باتیں)

- 1- حاملہ عورت کو کم از کم دو گلاس دودھ روزانہ پینا چاہیے۔
- 2- دال کی ایک بھری کٹوری کو غذا کا حصہ بنالیجیے۔
- 3- 2 عدد دانے، 3-2 گڑے مچھلی یا گوشت یا چکن یا کچ پتیر تقریباً 100 گرام یومیہ ضرور لیجیے۔
- 3-2 کٹوری سبزیوں کے غذا میں شامل کیجیے جس میں نصف سبزیوں والی سبزیاں اور دیگر نصف دوسری قسم کی موسمی سبزی شامل ہو۔
- 5- خوب سلاڈ کھائیے۔
- 6- موسمی پھل لیجیے جس میں 1 عدد سٹرس پھل شامل ہو۔
- 7- دو کھانے کے چمچ کسی بھی شکل میں چکنائی کے لیجیے۔
- 8- آٹے کی چپاتیاں، چاول، آلو کم از کم 4-6 عدد دن بھر میں لے لیتا، ایک مثالی غذا ہے۔
- 9- دوران حمل فاقہ نہ کیا جائے یا حد سے زیادہ کھانے سے گریز کیا جائے۔
- 10- کسی ایک وقت کا کھانا بھی ناغہ نہ کریں۔

11- ایک نارمل حاملہ عورت کو ایک عام انسان کے مقابلے میں صرف 300 کیلوریز زائد لینی ہوتی ہیں، اس لیے حد سے زیادہ کھانے سے پرہیز کیجیے۔

12- ہمارا نظام ہضم حمل کے دوران اتنی ہی غذائی باقیات برقرار رکھتا ہے جو غیر حمل کے دوران ہوتی ہیں۔

13- اگر مختلف کھانوں کے درمیان ہلکی پھلکی غذا لے لی جائے تو یہ صحت مند اندر روش ہے مثلاً اگر کوئلڈ ڈرنک کے بجائے ناریل پانی پی لیا جائے اور پھل، سبزیوں کا سلاڈ یا پتیر کا سینڈویچ، فاسٹ فوڈ کی جگہ غذا میں شامل کیا جائے تو صحت مند نتائج حاصل ہو سکتے ہیں۔

کیا کھائیں کیا نہ کھائیں

بعض خواتین کو دوران حمل کچھ عجیب اشیاء کھانے کی ہڑک اٹھتی ہے۔

بعض خواتین حمل کے دوران چاکلیٹس، اچار، کیریاں اور آلو کا بھرہ وغیرہ کھانا شروع کر دیتی ہیں جو غذائیت کی کمی پوری نہیں کر سکتے، ہاں زبان کے چٹکارے کے لیے کھائے جاسکتے ہیں۔

اس کے علاوہ کچھ خواتین چاک اور ملائی مٹی بھی

ماں کا پیار بچوں کی یادداشت بہتر بناتا ہے!



ایک تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ایسے بچے جن کی مائیں ان کی پرورش پیار و محبت سے کرتی ہیں، کے دماغ کا وہ حصہ زیادہ بڑا ہوتا ہے جس کا تعلق یادداشت سے ہے۔ واشنگٹن یونیورسٹی اسکول آف میڈیسن کی تازہ ترین تحقیق میں کہا گیا ہے کہ دماغ کے ایک حصے کا تعلق ماں کی تربیت سے ہوتا ہے۔ اسکول جانے والے ایسے بچے جنہیں ماں کا بھرپور پیار اور توجہ ملتی ہے، ان کا یہ حصہ دس فیصد زیادہ بڑا ہوتا ہے۔ ایسے بچوں میں سیکھنے، یاد رکھنے اور دباؤ میں درست رد عمل ظاہر کرنے کی بہترین صلاحیت ہوتی ہے۔

کندم سے بنے سیریلز کو غذا کا حصہ بنائیں یہ قبض دور کرتے ہیں۔

پانی اور پھل لیجیے۔ جو سڑے قبض دیر سے دور ہوتا ہے جبکہ پھل کے ریشے یہ کام جلد انجام دیتے ہیں۔

5- سینے میں جلن کی صورت میں چٹ پنے اور مرغن کھانے نہ کھائیں۔ لیٹنے سے دو گھنٹے قبل کھانا کھالیں۔ اس کے علاوہ کیفین اور کوئلڈ ڈرنکس کا استعمال ترک کر دیجیے اور ٹھنڈا دودھ نہ پیجیے۔

6- اگر حمل کے دوران، بلڈ پریشر، شوگر، دل کی بیماریاں، یرقان لاحق ہوں تو خصوصی و فوری علاج احتیاط اور توجہ ضروری ہے۔

7- اگر جڑواں بچے ہوں اور حاملہ خاتون غذائی ضروریات میں کمی اور جسمانی کمزوری میں مبتلا ہوں تو کسی غذائی ماہر سے غذا کا خصوصی چارٹ بنا کر اپنی خوراک کا تعین کیجیے۔



عظیمی کی ہوم ڈیلیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہرلین ہر بل ٹیبلیٹ، سن ریز ہر بل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہر بل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہر بل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیلیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

بہار کا استعمال کرنے لگتی ہیں جو تیسرے مہینے کے بعد بالخصوص اور اس سے پہلے بھی ہونے والے بچے اور خود ان کی صحت کے لیے نقصان دہ ہے۔

یہ نہ کھائیں

یہاں اس امر کی نشاندہی ضروری ہے کہ آپ نے حمل کے دوران اگر ایسی غذا لے لی ہے جو منع تھیں تو کسی قسم کے نفسیاتی یا اعصابی دباؤ میں نہ آئیں البتہ بس آئندہ کے لیے زیادہ محتاط رہیں۔

1- حاملہ خواتین کو چاہیے کہ وہ کچے انڈے، کچی سمندری غذا یعنی Raw Sea Food کچے یا آدھے گئے گوشت غیر معیاری یا ناقص حفظان صحت کا حامل دودھ اور بازاری کھانوں کے استعمال سے پرہیز کریں۔

2- کسی بھی قسم کی نشہ آور شے سے مکمل پرہیز کریں ورنہ بچے کی ذہنی، جسمانی اور نفسیاتی حالت بگڑ سکتی ہے۔

3- کافی، چائے، کیفین، کولا مشروبات کا استعمال کم سے کم کریں کیونکہ یہ حمل کے ضائع ہونے کا باعث بن سکتا ہے۔

4- چاکلیٹس لے سکتی ہیں لیکن مقدار کم سے کم ہو۔

5- مچھلیوں میں ایسی مچھلیاں ہیں جو مری کے Level میں اضافہ کرتی ہیں جو وہ سمندری آلودگی سے حاصل کرتی ہیں، بچے کے اعصابی نظام کے لیے خطرہ ہے۔

کیا کھائیں:

1- اگر حاملہ عورت صبح سویرے متلی وغیرہ کی شکایات کی وجہ سے کچھ نہ کھاسکے تو تھوڑے تھوڑے وقفے سے غذا لگتا رہیں چاہے وہ ٹھوس ہو یا مائع۔

2- ایسے کھانوں سے اجتناب کریں۔ جن کی خوشبو سے سر جھکائے یا متلی آئے۔

3- سوف، الائچی، مصری اور چند قطرے لیموں کا عرق لگتا رہیں تاکہ متلی اور جکڑ وغیرہ کی شکایت نہ ہو۔

4- اگر قبض کی شکایت ہو تو سبزیوں والی سبزیاں، سلاڈ،

توحید و رسالت

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آ رہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔

انسانیت کی بقا کے ذرائع توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر بیہیزگار بن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو پھوٹا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے کھانے کے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ-21-22)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟“.....

آپ ﷺ نے فرمایا ”یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔“ (صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدۃ لا شریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدۂ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا

بمیشہ سے میں نے اپنے شوہر کی برائیوں کو اچھائیوں کی صورت قبول کیا۔ رحمت بی بی

سو تن کے مرنے کے بعد میں نے کبھی اپنے بچوں اور سو تن کے بچوں میں فرق نہیں کیا۔

اللہ مجھے اتنا عطاء کر دے کہ جو حق نواز بچوں کی صورت میں ذمہ داری مجھ پر ڈال گئے ہیں احسن طریقے سے ادا ہو جائے۔

رہی، اس دوران بچوں کے کھانے پینے کا کچھ آسرا ہو گیا۔
”تمہارے کتنے بچے ہیں اور کیا وہ کام نہیں کرتے؟“
رحمت بی بی بولی..... ”میرے آٹھ بچے ہیں، پانچ میرے اور تین زبیدہ کے لیکن وہ سب الہڑ ہیں، تین لڑکیوں کی شادی ہو چکی ہے، پر اتنے

بہار کا موسم شروع ہو چکا ہے۔ سورج آب و تاب سے فروزاں ہے، ہر شخص سرور اور شادمان دکھائی دے رہا ہے، یہاں تک کہ پرانے پتھر کے مکانات کی کھڑکیاں بھی مسکراتی ہوئی معلوم ہوتی ہیں مگر اس خوبصورت موسم میں رحمت بی بی کی آنکھوں سے آنسو جاری ہیں۔ وہ اپنے بیٹے ہوئے کل پر نوح کناں ہے۔ اس نے پلو سے منہ لپیٹ لیا جیسے اپنی بی بی سانس کو اوپر اٹھنے سے روک رہی ہو اور اٹھتے ہوئے آنسو روک کر آسمان کی طرف دیکھنے لگی۔

رحمت بی بی کو میں نے اپنی بیماری کی وجہ سے چند دنوں کے لیے ملازمت پر رکھا تھا۔ میری طبیعت کچھ بہتر ہوئی تو میں نے رحمت بی بی سے کہا کہ ”اب میں کافی بہتر محسوس کر رہی ہوں اور مجھے کسی کی مدد کی ضرورت بھی نہیں ہے۔“

مجھے رحمت بی بی کی نوزخست کرتے ہوئے افسوس ہو رہا تھا۔ ”تو اب تمہارا ارادہ کیا ہے؟“
رحمت بی بی نے میرے پیر دہانہ شروع کیے اور بولی ”آپ نہ رکھ سکیں گی تو کہیں

اور نوکری ڈھونڈنے کی کوشش کر دوں گی، آپ کے پاس کچھ دن



گشش کو خدا حافظ.....

غریب گھروں میں کہ کھانا بھی مشکل سے ملتا ہے، پانچ لڑکے ہیں، سب سے بڑے نے پان سیکریٹ کی دکان کھولی ہوئی ہے۔ باقی چار چھوٹے ہیں ابھی کوئی کام نہیں کرتے۔

میں نے رحمت بی بی سے سوال کیا

”کیا زبیدہ تمہاری سوتن ہے....؟“

رحمت بی بی فوراً بولیں ”ہے نہیں تھی، وہ دو سال پہلے مر گئی تھی.... اس کے بچے میرے پاس ہیں۔ میری شادی بہت چھوٹی عمر میں ہو گئی تھی۔ شوہر کی آٹا پیسنے کی چکی تھی اور ساتھ میں چاول اور آٹے کا کاروبار بھی کیا کرتے تھے۔ گھر میں پیسے کی ریل پیل تھی۔ شام کے اوقات میں ہمارے گھر اکثر مہمانوں کا ڈیر لگا رہتا تھا۔ شوہر مجھ سے اتنی محبت کرتے تھے کہ دو چار ماہ بعد سونے کا کوئی نہ کوئی زور لا کر دیتے۔ میں ہر وقت گہنوں سے لدی رہتی تھی مگر اب یہ کون مان سکتا ہے؟“

اُس نے اپنی سوتی بیاہوں پر نظر ڈالے ہوئے کہا۔

میں نے رحمت بی بی سے سوال کیا ”تمہاری سوتن

کب آئی....؟“

رحمت بی بی مسکرائی ”مجھے لگتا ہے کہ آپ میری تمام رودار سننے کے موڈ میں ہیں.... یہ بات تب کی ہے جب الیاس میرا بڑا بیٹا دس برس کا تھا۔ میں کسی طرح بچوں کی طرف دیکھ کر ہرما کے کھٹوڑ دن گزار رہی تھی۔ پر میں سچ سچ کہتی ہوں، میرے دل میں ایک عجیب جذبہ تھا۔ میں رات کو کام ختم کر کے چارپائی پر لیٹ جاتی اور سننے دیکھتی دیکھتی سو جاتی۔ سورج چڑھتا تو اٹھتی دن بہت اچھے گزر رہے تھے۔ شوہر ہر طرح کا خیال رکھتے۔ ایک مرتبہ کاروبار کے سلسلے میں حق نواز (میرے شوہر) کو شہر سے باہر چندرہ، بیس روز کے لیے جانا پڑا، (وہ اکثر کاروبار کی وجہ سے کئی کئی روز کے لیے شہر سے باہر جایا کرتے تھے) تو وہ بڑے بیٹے کو بھی ساتھ لے گئے۔

بی بی آپ مائیں یا تائیں لیکن حق نواز کو ان دنوں مجھ سے بہت محبت تھی۔ کئی مرتبہ مجھے پیار سے اپنے پاس بٹھا کر کہتے رحمت! تمہیں خدا نے روپ تو نہیں دیا، پر میرے دل میں تو تم سا گئی ہو، لیکن اگر میں جوانی میں اندھا ہو کر کسی خوبصورت عورت کو گھر لے آؤں تو تمہیں کیا لگے.... یہ سن کر میرے دل میں کک سی اٹھتی اور میں روٹھ جاتی، پر جب یہ ہنس دیتے تو سوچتی، مجھے یوں ہی ستارے تھے۔ میں دیکھنے میں معمولی شکل و صورت کی تھی۔ شرم کے مارے میں ان کے ساتھ کبھی باہر نہ جاتی، سوچتی کوئی کچھ کہہ نہ دے اور اگر کوئی کبھی باہر ہم دونوں کی طرف حیرانی سے دیکھ لیتا تو میں زمین میں گڑ جاتی۔ پھر مجھے احساس ہوتا، انہیں مجھ سے محبت ہے، واقعی میرے شوہر شکل، صورت اور اخلاق میں بے مثال تھے۔

”تمہارے شوہر کاروبار کے سلسلے میں جب شہر سے باہر جاتے تو کیا بیٹے کو بھی ساتھ لے جاتے تھے؟“

رحمت بی بی بولی:

”جی نہیں! یہ صرف ایک مرتبہ ہی بڑے بیٹے کو ساتھ لے گئے تھے۔ چندرہ بیس روز کے بعد جب بیٹے کے ہمراہ حق نواز واپس آ رہے تھے تو انہوں نے آنے کی پیشگی اطلاع دے دی۔ میں نے سارا دن گھر کی صفائی میں لگا دیا۔ میں نے اس روز گھر اچھی طرح سے دھویا۔ ان کے لیے بنا بستر لگایا۔ ان کے کمرے میں تازہ پھول لگائے۔ میں بھی خوب تیار ہوئی، نئے پکڑے اور گہنے پہنے اور ان کے آنے کا انتظار کرنے لگی۔ پھر انتظار کی گھنٹیاں ختم ہوئیں اور بیٹا اور حق نواز گھر لوٹ آئے۔ اب کے بھی وہ بہت سی چیزیں میرے لیے لائے تھے۔ بیٹے اور حق نواز کے آنے کی خوشی میں جیسے پاگل ہوئی جا رہی تھی لیکن اس مرتبہ حق نواز کے روپے میں مجھے اپنائیت محسوس نہیں ہو رہی تھی۔ ایک رات حق نواز مجھ سے کہنے لگے۔ رحمت میں

ایک عورت کو کیا دلایا ہوں.... میں نے سوچا، یہ مذاق کر رہے ہیں۔ میں نے اپنی لرزتی ہوئی شکایت آمیز نگاہیں ان کی طرف ڈالیں، اُن کا چہرہ اتر ا ہوا تھا۔ میں سہم گئی پھر بھی یقین نہیں آیا، میں اٹھ کر اُن سے علیحدہ ہو بیٹھی اور کہا، یہ میں نہیں مان سکتی، کبھی نہیں....

انہوں نے اداس لہجے میں کہا.... رحمت میں مہار گار ہوں، مجھ سے جیسا چاہے سلوک کرو، تمہیں اٹھارے.... انہوں نے اٹھ کر میرا ہاتھ پکڑا، چپ چاپ رہے میں نے اُن کی آنکھوں کی طرف ٹوٹ کر دیکھا۔ میرے دل میں وسوسہ بڑھنے لگا۔ مجھے زور کا چکر آیا اور میں فرش پر گر کر بے ہوش ہو گئی۔ جب ہوش آیا تو رات کے بارہ بج چکے تھے۔ میں چارپائی پر لیٹی ہوئی تھی۔ اچانک کسی نے میرے کان کے پاس آکر دھیرے سے کہا ”وہ آگئی ہے“ میں اٹھ بیٹھی ”کون آگئی؟“ اُس نے لرزتی ہوئی اور بھیاک آواز میں دہرایا ”وہ آگئی ہے اٹھو۔“ میں نے اٹھ کر دیکھا تو ایک خوبصورت سی عورت حق نواز کے کندھے سے کندھا ملائے بیٹھی تھی۔

میں جب ان کے پاس گئی تو انہوں نے زبیدہ سے میرا تعارف کرایا اور بولے ”رحمت تھوڑا سا گرم پانی کر دو“ میں نہ چاہتے ہوئے بھی پانی گرم کرنے چلی گئی۔

”رحمت بی بی تمہارے شوہر نے زبیدہ اور تمہیں ایک ساتھ ایک ہی گھر میں رکھا یا اُسے دوسرا گھر لے دیا....؟“

”دیکھیے بی بی جی! کہتے ہیں کہ عورت اپنے شوہر کو ہی سب کچھ مانتی ہے۔ میں نے تو اپنے شوہر کی برائیوں کو بھی اچھائیوں کی صورت میں قبول کیا تھا۔ لہذا اس عورت یعنی زبیدہ کو بھی شوہر کی وجہ سے قبول کر لیا لیکن یہ عورت مجھے کسی صورت برداشت کرنے کو تیار نہ تھی۔ کچھ عرصے تک ہم اسی مکان میں رہے، حق نواز نے پوری

کوشش کی کہ ہم دونوں کے درمیان انصاف قائم ہو۔ حق نواز کی چھوٹی بیگم کو اتنے بڑے گھر میں کسی اور کا وجود برداشت نہ تھا وہ وقفے وقفے سے شوہر کے کان بھرتی رہتی تھی۔ آخر وہ دن آ ہی گیا، رات کے نو بج رہے تھے، میں آگن میں بچوں کو کھانا کھلا کر برتن رکھنے جا رہی تھی، زبیدہ پاس ہی بیٹھی اپنے بالوں میں پھول ٹانگ رہی تھی۔ وہ سیدھے آگن میں آئے اور میرے پیچھے کھڑے ہو گئے۔ میں نے دیکھا، اُن کے ہاتھوں میں ایک لمبا سا کاغذ تھا۔ انہوں نے وہ کاغذ میرے ہاتھ میں دیتے ہوئے کہا ”یہ ہمارے طلاق کے کاغذ ہیں، اب تم میری بی بی بنتا نہیں رہی ہو۔ کہیں اور جا کر رہو۔“

ان کے ادا کردہ الفاظ نے ہوش اڑا دیے گویا بھنور میں غوطے آ رہے ہوں۔

”رحمت بی بی شوہر کی بے رخی کے بعد کیا آپ نے گھر کو خیر آباد کہہ دیا....؟“

رحمت بی بی آنکھوں سے آنسو پونچھتے ہوئے ”میں کہاں جاتی، بی بی بنتا بھی نہیں رہی، سولہ سال کا ساتھ ایک منٹ میں ٹوٹ گیا۔ میں بچوں کو لے کر کہاں جاتی، جسم لرز رہا تھا۔ مانتھے میں درد ابھر آیا تھا، فحشی نگاہوں سے اُن کی طرف دیکھ کر بولی ”میں تمہاری باندی بن کر بیٹھیں رہوں گی، مجھے کہیں مت بھیجیو! میں نے تمہارے ساتھ نکاح پڑھا تھا۔ آج تمہاری ماں زندہ ہوتی تو مجھے باندھ کر رکھ لیتی۔ خدا کے لیے مجھے اپنے قدموں میں مرنے دو۔“

میں نے لپک کر اُن کے قدموں کو اپنے ہاتھوں سے باندھ لیا۔ انہوں نے بے رحمی سے پاؤں جھٹک کر کہا ”ایک کھٹنے کے اندر تو تم چند ضروری چیزیں لے کر چلی جانا، سمجھیں۔ میں باہر جا رہا ہوں واپس آنے تک تمہارے لیے یہاں ٹھہرا نامکمل نہ ہوگا۔“ میں نے زبیدہ کے پاؤں

قرآنی انسائیکلو پیڈیا



کہا ہاں، ابا بختار میں تپ رہا ہے، اُسے روک لو، مگر میں نے اُسے نہ روکا۔

بیٹے سے کہا ”ان کا جو جی چاہے کریں اور جہاں جانا چاہیں جائیں“ لیکن دوسرے ہی لمحے میرا دل دھڑک اٹھا۔ اُن کا کون خیال کرے گا۔ اب تو زبیدہ بھی نہیں رہی اور پھر کہاں جائیں گے۔ پھر میں نے رکھائی سے کہا ”بھارت جاتے پھر چلے جانا۔“

انہوں نے کہا ”کون کہہ سکتا ہے پھر اٹھ سکوں گا یا نہیں۔ تم سے کافی خدمت کروا چکا، اب اجازت دو“ اور پھر وہ گھر سے ایسے گئے کہ ان کا کچھ پتہ نہ چلا۔ گھر کو چلانے کے لیے میں نے اور بڑے بیٹے نے بہت محنت کی۔

میں نے رحمت بی بی سے پوچھا

”تمہیں آج بھی اپنے خاوند سے محبت ہے....؟“

رحمت بی بی کچھ دیر خاموش بیٹھی رہیں۔ پھر لبوں کو جنبش ہوئی ”کیوں نہیں.... وہ جھجھلا اٹھی ”میرے بالوں کی طرف دیکھو، میری پرشمرہ آنکھوں کی طرف دیکھو، اب میری محبت کرنے کی عمر ہے کیا....“

رحمت بی بی کی آنکھوں سے آنسو رواں تھے اور وہ صرف یہ دعا کر رہی تھی کہ میرے رب مجھے اتنی صحت عطا کر دے کہ جو ذمہ داری حق نواز بچوں کی صورت میں مجھ پر ڈال گئے ہیں وہ احسن طریقے سے پوری ہو جائے۔

ورنہ قیامت کے دن میں حق نواز کو کیا جواب دوں گی۔ میری سانسوں کی دُور صرف بچوں کی خاطر تھی ہوئی ہے۔“

اُس کے بعد رحمت بی بی کچھ نہ کہہ سکی۔ میں نے اس سے کہا کہ تم اب کہیں نہ جانا، میرے ساتھ ہی رہنا۔



شرآن پاک رُشد و ہدایت کا ایسا چشمہ ہے جو ابد تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ شرآنی تعلیمات انسان کی افسردہ زندگی کو بھی صراطِ مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

بعوضۃ

عربی زبان میں لفظ بعوضۃ کے معنی پھر کے ہیں، قرآن مجید میں یہ لفظ فقط ایک مرتبہ آیا ہے۔ علامہ راغب اصفہانی فرماتے ہیں ”بعوض (پھر) یہ بھی لفظ بعض سے بنا ہے۔ پھر چونکہ دیگر حیوانات کی نسبت صغیر الجسم ہوتا ہے اس لیے اسے بعض کہا جاتا ہے۔“

حضرت قتادہ فرماتے ہیں جب قرآن پاک میں مکزی اور کسبی کی مثال بیان ہوئی تو مشرک کہنے لگے، بھلا ایسی حقیر چیزوں کے بیان کی قرآن جیسی کتاب میں کیا ضرورت....؟ تو جواباً یہ آیتیں نازل ہوئیں جن میں کہا گیا کہ حق کے بیان سے اللہ تعالیٰ نہیں شرماتا خواہ وہ کم ہو یا زیادہ۔ تو مطلب یہ ہوا کہ مثال چھوٹی سے چھوٹی ہو یا بڑی سے بڑی بیان کرنے سے اللہ تعالیٰ نہ رکتا ہے نہ جھجکتا ہے۔ لفظ ما یہاں پر کی کے معنی بتانے کے لئے ہے اور بعوضۃ کا زیر، بدلیت کی بنا پر عربی قاعدے کے مطابق ہے جو ادنیٰ سے ادنیٰ چیز پر صادق آسکتا ہے۔ (تفسیر ابن کثیر)

ترجمہ: ”اللہ اس بات سے عار نہیں کرتا کہ پھر یا اس سے بڑھ کر کسی چیز (مثلاً کبھی مکزی وغیرہ) کی مثال بیان فرمائے، جو مومن ہیں وہ یقین کرتے ہیں کہ وہ ان کے پروردگار کی طرف سے سچ ہے اور جو کافر ہیں وہ کہتے ہیں کہ اس مثال سے اللہ کی مراد ہی کیا ہے، اس سے (اللہ) بہتوں کو گمراہ کرتا ہے اور بہتوں کو ہدایت

پڑے، مین وہ چپ چاپ ریت بنی بیٹھی رہی، بولی ”ایک میان میں دو تلواریں نہیں رہ سکتیں۔“ آخر ایک دوپٹے میں دو کپڑے باندھ کر رات کے وقت گھر سے نکل پڑی، بڑا لڑکا بھی ساتھ تھا اور چھوٹا لڑکا گود میں اٹھائے، تین کوس پر ایک سبیلی کے گھر ٹھہر گئی۔ دو دن سبیلی کے ہاں ٹھہری پھر ہم دوسرے شہر ایک اور سبیلی کے ہاں چلے گئے، یہاں مجھے اور بڑے لڑکے کو ایک فیکٹری میں ملازمت مل گئی۔ فیکٹری کے قریب ہی ایک کمرے کا مکان کرائے پر لے کر رہنے لگے۔ دن گزر رہے تھے۔ مجھے اپنی بیٹیاں بہت یاد آ رہی تھیں۔ گھر سے نکلے وقت حق نواز نے بیٹیوں کو اپنے پاس رکھ لیا تھا۔

”کیا تم بیٹیوں سے ملنے شوہر کے گھر گئیں....؟“

”جی ہاں! کچھ عرصے دل پر جبر کیا پھر ایک روز حق نواز کی چٹھی آئی، زبیدہ ایکسڈنٹ میں انتقال کر گئی ہے۔ وہ گھر کا تمام سامان، روپیہ پیسہ اپنے بہن بھائیوں کو دے آئی تھی، میں اُس کی محبت میں ایسا گرفتار تھا کہ نہ بچوں پر توجہ دے سکا اور نہ ہی گھر اور کاروبار پر۔ اب مجھے احساس ہوا ہے کہ یہ گھر تمہارا ہے اور بچے بھی تمہارے ہیں۔ گھر میں نے تمہارے نام کر دیا ہے۔ زبیدہ بھی تین بچے چھوڑ کر گئی ہے۔ ہو سکے تو انہیں بھی ماں کا پیار دینا۔ میرے پاس اب کچھ نہیں ہے۔ کاروبار بھی ختم ہو گیا ہے۔ اگر تم اجازت دو گی تو اس گھر میں رہوں گا ورنہ کہیں چلا جاؤں گا۔“

میں فوراً حق نواز کے گھر گئی۔ حق نواز بچوں کے ساتھ گھر میں موجود تھا مگر میں نے اس سے بات نہ کی۔ بس اتنا کہا کہ اب تم میرے لیے غیر محرم ہو۔ لہذا گھر سے باہر رہا کرو۔ جہاں تک زبیدہ کے بچوں کا تعلق ہے انہیں میں پالوں گی۔ انہیں یہاں بلواؤ۔ حق نواز نے بچے بلوا کر میرے حوالے کیے اور گھر سے جانے لگا تو بڑے بیٹے نے

بخشا ہے اور گھر بھی کرتا ہے تو نافرمانوں ہی کو۔“ (سورہ بقرہ: 26)

قرآن میں اللہ نے لوگوں کو بار بار اس طرف متوجہ کیا ہے کہ مظاہر فطرت پر غور و فکر کریں اور ان میں اس کی ”نشانیوں“ تلاش کریں۔ دنیا کی تمام جائداد اور بے جان چیزیں اپنے اندر ان نشانیوں کو لیے ہوئے ہیں۔ وہ اس بات کو منع کرتی ہیں کہ انہیں ”بنایا گیا“ ہے۔ وہ اپنے ”بنانے والے“ یا تخلیق کار کی قوت، علم اور فن کا مظاہرہ کر رہی ہیں۔ یہ انسان کی ذمہ داری ٹھہرتی ہے کہ وہ اپنی عقل کو کام میں لاتے ہوئے ان نشانیوں کی شناخت کرے اور اللہ کی تعظیم بجالائے۔ تمام جائدادوں میں یہ نشانیاں موجود ہیں لیکن چند ایک خاص طور پر وہ ہیں جن کا ذکر اللہ نے قرآن پاک میں فرمایا ہے۔ ان جائدادوں میں سے ایک چھھر ہے۔

چھھر اپنی مختصر جسامت کے باوجود انسان کے لیے موزی بھی ہے، راتوں کو کاٹ کاٹ کر اس کی نیند حرام کرنے والا اور بعض صورتوں میں امراض بھی پیدا کرنے والا۔ دنیا کے بیشتر حصوں میں پایا جاتا ہے، اور اللہ کی ہر مخلوق کی طرف اس کی بھی بے شمار قسمیں ہیں۔ ماہرین نے اس کی تقریباً 1400 قسمیں شمار کی ہیں۔ یہ دنیا کے ہر ملک میں پایا جاتا ہے، یہاں تک کہ قطب شمالی جیسے سرد ترین ملک میں بھی۔ لیکن اس کی کثرت گرم ہی ملکوں میں ہے۔

عربوں میں اس کی بے بساطی اور حقارت ضرب المثل تھی۔ قرآن مجید میں اس کے نزول کے وقت جب حسب موقع ذکر کھی، مکی وغیرہ کا آن لگا، تو مشرکین نے بھوک کر کہا، کہ بھلا یہ کلام بھی اللہ کا ہو سکتا ہے جس میں ذکر ایسے ایسے حقیر جانوروں کا موجود ہے۔ قرآن مجید نے اس احمقانہ اعتراض کے جواب میں کہا، کہ اللہ کو تو اس میں (ذرا بھی) عار نہیں کہ وہ مثال کے موقع پر مجھ کو پیش کرے یا (بے بساطی میں) اس سے بھی بڑھے ہوئے جانور۔

چھھرے شک ایک معمولی اور غیر اہم سا جاندار ہے مگر اس پر بھی غور و فکر کیا جانی چاہیے کیونکہ اس میں بھی اللہ کی نشانیاں ہیں۔ اسی لیے ”اللہ ہرگز نہیں شرما تا کہ چھھر یا اس سے بھی حقیر تر کسی چیز کی تمثیلیں دے“۔

بَعْل

عربی زبان میں لفظ بعل کے معنی اونچے اور بلند و برتر کے ہیں، عموماً مالک اور آقا کو بعل کہتے ہیں۔ عربی زبان میں شوہر کو بھی بعل کہا جاتا ہے۔ اہل عرب زمانہ جاہلیت میں اپنے بت کو جس کے ذریعہ وہ اللہ کا تقرب حاصل کرنا چاہتے تھے بعل کہہ کر پکارتے تھے، کیونکہ وہ اسے بلند و برتر سمجھتے تھے۔

قرآن مجید میں یہ لفظ بعل، بعلی، بعلہا، بعلوتھن کی صورت میں کل سات مرتبہ آیا ہے۔ جن میں سے چھ مرتبہ یہ شوہر کے لیے استعمال ہوا ہے۔

ترجمہ: ”وہ کہنے لگی ہائے میری کی م بختی! میرے ہاں اولاد کیسے ہو سکتی ہے میں خود بڑھیا اور یہ میرے

خاوند (بعلی) بھی بہت بڑی عمر کے ہیں یہ یقیناً بڑی عجیب بات ہے“ (سورہ ہود: 72)

ترجمہ: ”اگر کسی عورت کو اپنے شوہر (بعلہا) کی بددماغی اور بے پرواہی کا خوف ہو تو دونوں آپس میں صلح کر لیں اس میں کسی پر کوئی گناہ نہیں صلح بہتر چیز ہے۔“ (سورہ نساء: 128)

ترجمہ: ”مسلمان عورتوں سے کہو کہ وہ بھی اپنی ٹانگیں نیچی رکھیں اور اپنی عصمت میں فرق نہ آنے دیں

اور اپنی زینت کو ظاہر نہ کریں سوائے اس کے جو ظاہر ہے اور اپنے گریبانوں پر اپنی اوڑھنیاں ڈالے رہیں

اور اپنی آرائش کو کسی کے سامنے ظاہر نہ کریں، سوائے اپنے خاوندوں (بعلوتھن) کے یا اپنے والد یا اپنے شوہر (بعلوتھن) کے والد کے یا اپنے لڑکوں سے یا اپنے خاوند (بعلوتھن) کے لڑکوں کے یا اپنے بھائیوں کے یا اپنے بھتیجیوں کے یا اپنے بھانجوں کے۔“ (سورہ نور: 31)

قرآن مجید میں شوہر کے لیے زوج اور بعل دونوں استعمال ہوا ہے، ان دونوں میں فرق یہی ہے کہ زوج ہر شوہر اور جوڑے کو کہتے ہیں جبکہ بعل لفظ صرف ان شوہروں کے لیے بولا جاتا ہے جو برتری اور غلبہ رکھتے ہوں۔

قرآن مجید میں بعل نامی ایک بت کا بھی تذکرہ ہے جسے اہل مدین، بنی اسرائیل اور زمانہ جاہلیت میں اہل عرب ستم کرتے تھے۔

ترجمہ: ”کیا تم بعل (بعل) کو پکارتے (اور اسے پوجتے) ہو اور سب سے بہتر پیدا کرنے والے (احسن

الخالقین) کو چھوڑ دیتے ہو۔“ (سورہ ہود: 72)

بعل فینیقی قوم (Phoenician) کے سب سے بڑے دیوتا کا نام تھا۔ بعض کے نزدیک یہ لفظ سورج دیوتا کا مترادف تھا۔

جب حضرت سلیمان علیہ السلام کی اولاد میں اچی اب (Ahab) نے جس کا عہد حکومت 876 قبل مسیح تا 853 قبل مسیح ہے۔ غیر قوموں میں شادیاں شروع کیں، تو ان میں سے کوئی اپنے ہمراہ بعل پرستی بھی شاہی محل میں لے آئی اور یوں بعل پرستی اسرائیلی قوم میں آگئی، انبیاء کرام نے اس نئے شرک کا مقابلہ پوری قوت سے کیا اور ان میں سب سے ممتاز نام حضرت الیاس کا ہے، آپ کی قوم فلسطین کے غربی وسطی علاقہ سامرہ (Samaria) میں آباد تھی، اور وہیں بعل کی پوجا زور و شور سے جاری تھی۔ تورات اور عہد عتیق کی دوسری کتابوں میں بعل پرستی کا ذکر بڑی کثرت سے آیا ہے، بائبل کے محققین نے لکھا ہے کہ بعل کے لفظی معنی ”مالک“ کے ہیں اور یہ نام کسی ایک متعین دیوتا کا نہ تھا، بلکہ ہر علاقہ کے مختلف بعل ہو کرتے تھے۔

بَعْتُ

عربی زبان میں لفظ بغت کے معنی اچانک، یک بیک، ناگہانی طور پر ظاہر ہونا کے ہیں۔ علامہ راغب

اصفہانی اپنی کتاب مفردات میں تحریر کرتے ہیں کہ:

”بغت کے معنی کسی چیز کا یکبارگی ایسی جگہ سے ظہور ہونا کے ہیں، جہاں سے اس کے ظہور کا وہم و گمان تک بھی نہ ہو۔“

قرآن مجید میں یہ لفظ بغتہ کی صورت میں کل 13 مرتبہ آیا ہے۔

ترجمہ: ”جن لوگوں نے خدا کے روبرو حاضر ہونے کو جھوٹ سمجھا وہ گھائلے میں آگئے۔ یہاں تک کہ

جب ان پر قیامت ناگہاں (بغتہ) آمو جو ہوگی تو بول اٹھیں گے کہ (ہائے) اس تفسیر پر افسوس ہے جو

ہم نے قیامت کے بارے میں کی۔ اور وہ اپنے (اعمال کے) بلوچہ اپنی پٹھوں پر اٹھائے ہوئے ہوں گے۔

دیکھو جو بلوچہ یہ اٹھا رہے ہیں بہت برا ہے۔“ (سورہ انعام: 31)

ترجمہ: ”چھر جب انہوں نے اس نصیحت کو جو ان کو گئی تھی فراموش کر دیا تو ہم نے ان پر ہر چیز کے

دروازے کھول دیئے۔ یہاں تک کہ جب ان چیزوں سے جو ان کو دی گئی تھیں خوب خوش ہو گئے تو ہم

نے ان کو ناگہاں (بَغْتَةً) پکڑ لیا اور وہ اس وقت مایوس ہو کر رہ گئے۔“ (سورۃ انعام: 44)
ترجمہ: ”کہو کہ بھلا ہوا تو اگر تم یہ خدا کا عذاب بے خبری میں (بَغْتَةً) یا خبر آنے کے بعد آئے تو کیا ظالم لوگوں کے سوا کوئی اور بھی ہلاک ہو گا؟“ (سورۃ انعام: 47)

ترجمہ: ”پھر ہم نے تکلیف کو آسودگی سے بدل دیا یہاں تک کہ (مال و اولاد میں) زیادہ ہو گئے تو کہنے لگے کہ اس طرح کا رنج و راحت ہمارے بڑوں کو بھی پہنچتا رہا ہے تو ہم نے ان کو ناگہاں (بَغْتَةً) پکڑ لیا اور وہ (اپنے حال میں) بے خبر تھے۔“ (سورۃ اعراف: 95)

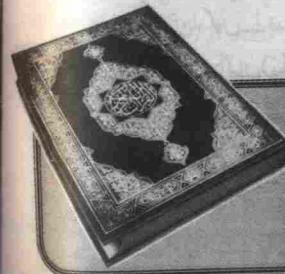
ترجمہ: ”(یہ لوگ) تم سے قیامت کے بارے میں پوچھتے ہیں کہ اس کے واقع ہونے کا وقت کب ہے۔ کہہ دو کہ اس کا علم تو میرے پروردگار ہی کو ہے۔ وہی اسے اس کے وقت پر ظاہر کر دے گا۔ وہ آسمان وزمین میں ایک بھاری بات ہو گی اور ناگہاں (بَغْتَةً) تم پر آجائے گی۔ یہ تم سے اس طرح دریافت کرتے ہیں کہ گویا تم اس سے بخوبی واقف ہو۔ کہو کہ اس کا علم تو خدا ہی کو ہے لیکن اکثر لوگ یہ نہیں جانتے۔“ (سورۃ اعراف: 187)

ترجمہ: ”گنہگار (بات) سے بے خوف ہیں کہ ان پر خدا کا عذاب نازل ہو کر ان کو ڈھانپ لے یا ان پر ناگہاں (بَغْتَةً) قیامت آجائے اور انہیں خبر بھی نہ ہو۔“ (سورۃ یوسف: 107)

تفسیر ابن کثیر میں تحریر ہے کہ مشرکین مکہ اور یہودی اکثر رسول اللہ ﷺ سے پوچھا کرتے تھے کہ قیامت واقع کب ہو گی....؟

آپ یہی جواب دیتے کہ اس کے صحیح وقت کا علم سوائے اللہ کے کسی کو نہیں۔ لیکن یہ بھی فرماتے کہ وہ جب آئے گی تو اچانک ہی واقع ہو گی۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کے ارشاد کے مطابق....:

دنیا کے کل کام حسب دستور ہو رہے ہوں گے، جانوروں والے اپنے جانوروں کے پانی پلانے کے حوض درست کر رہے ہوں گے، تجارت والے تول تال میں مشغول ہوں گے جو قیامت آجائے گی۔ قیامت اس طرح دفعتاً آجائے گی کہ ایک شخص کپڑا پھیلائے دوسرے کو دکھارہا ہو گا اور دوسرا دیکھ رہا ہو گا بھلا ہوتا ہو رہا ہو گا کہ قیامت ہو جائے گی۔ نہ یہ خرید و فروخت کر سکیں گے، نہ کپڑے کی تہہ کر سکیں گے۔ کوئی دودھ دودھ کر لے آ رہا ہو گا، بی نہ سکے گا کہ قیامت آجائے گی۔ کوئی حوض درست کر رہا ہو گا، ابھی جانوروں کو پانی نہ پلا چکا ہو گا کہ قیامت آجائے گی۔ کوئی لقمہ اٹھائے ہوئے ہو گا، ابھی منہ میں نہ ڈالا ہو گا کہ قیامت آجائے گی۔ (بحوالہ صحیح مسلم)۔



قرآن حکیم کی مقدس آیات و احادیث نبوی آپ کی روحانی اور علمی معلومات میں اضافے اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔

روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور شیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔
برائے مہربانی جوابی لغافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - 1-D, 1/7، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: دوران لیکچر کالج میں ہمارے پروفیسر صاحب نے نظریاتی لحاظ سے اولیاء کرام کو دو بڑے گروہوں میں تقسیم کر دیا، پہلے اور دوسرے گروہ کا نظریہ بالترتیب فلسفہ وحدت الوجود اور فلسفہ وحدت الشہود ہے۔ کلاس میں چونکہ یہ کوئی باقاعدہ موضوع نہ تھا، اسی لئے ہمارے محترم استاد نے اس کو تفصیلاً بیان نہیں کیا۔
مہربانی فرما کر آپ ان دونوں نظریات کے بارے میں کچھ ارشاد فرمائیں تاکہ میں اور مجھ جیسے دوسرے قاری ان دونوں نظریات کو سمجھ سکیں۔

(بنت مریم - کراچی یونیورسٹی)

جواب: وحدت الوجود سے مراد لی جاتی ہے ”ہمہ اوست“ اور وحدت الشہود سے مراد ہے ”ازہمہ اوست“۔
شیخ اکبر محی الدین ابن عربی فلسفہ وحدت الوجود کے قائل ہیں جبکہ حضرت شیخ احمد سرہندی مجدد الف ثانیؒ وحدت الشہود کے قائل ہیں.....

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے کہ انسان ناقابل تذکرہ شے تھا۔ اس کے اندر میں نے اپنی رُوح ڈال دی اور وہ دیکھتا سستا، حرکت کرنے والا آدمی بن گیا۔

وحدت الوجود سے مراد یہ ہے کہ جو کچھ ہے سب روح ہے اور روح وحدت کا پر تو ہے۔
وحدت الشہود سے یہ نتیجہ اخذ کیا جاتا ہے کہ روح اپنے روپ کو میڈیم بنا کر حرکت کرتی ہے۔
اس مسئلہ پر بڑے بڑے لوگوں نے بحث کی ہے۔ اولیاء اللہ کا بڑا گروہ وحدت الوجود کا قائل ہے جبکہ ایک طبقہ

وحدت الشہود کا قائل ہے۔ میرا اپنا نظریہ یہ ہے کہ بندہ جب نقطہ وحدانی میں ہوتا ہے اس کے اوپر وحدت الوجود کا انکشاف ہوتا ہے اور بندہ جب نقطہ وحدانی کی صفات میں ہوتا تو اس کے اوپر وحدت الشہود کا انکشاف ہوتا ہے۔

اس فلسفہ پر مرشد کریم حضور قلندر پایا اولیاء رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی کتاب لوح و قلم میں وضاحت کی ہے۔ لوح و قلم روحانی سائنس کی پہلی کتاب ہے جس کا انگریزی ایڈیشن بھی شائع ہو چکا ہے۔

انگلینڈ میں ہی ایک سائنسدان سے ری انکار نیشن پر 45 منٹ تک میری گفتگو ہوئی تھی۔ لوح و قلم پڑھ کر اس نے مجھ سے کہا ”یہ کتاب میری ریسرچ میں ایک نیا راستہ ہے۔“

اس موضوع کی مزید وضاحت کے لئے آپ کو دیگر کتب کے ساتھ کتاب لوح و قلم کا مطالعہ بھی کرنا چاہیئے۔



سوال: تصوف اور روحانیت کی کتابوں میں ”کشف الہجو“ یعنی لوح دوم کا تذکرہ آتا ہے میں یہ جاننا چاہتا ہوں کہ لوح دوم کیا ہے....؟

اور یہ اصطلاح کس قسم کی روحانی صلاحیت کی نشاندہی کرتی ہے....؟

(انوار الحق۔ راولپنڈی)

جواب: جب کچھ نہیں تھا تو اللہ تھا۔ یعنی اللہ تعالیٰ کے ذہن میں جو کائنات موجود تھی وہاں ہر شے ایک دوسرے سے متعارف اور روشناس بھی تھی اور جب اللہ تعالیٰ کے ”کُن“ فرمانے کے بعد کائنات وجود میں آگئی تو ہر شے کا اپنی انفرادیت کا احساس ہو گیا۔ چنانچہ ایک طرف ہر مخلوق اپنا انفرادی احساس رکھتی ہے اور دوسری طرف ہر مخلوق اللہ تعالیٰ کے ذریعے سے دوسری مخلوق یا نوع سے مستقل ربط بھی رکھتی ہے۔

”کشف الہجو“ یعنی لوح دوم دراصل وہ صلاحیت ہے جس سے ہر انسان نسبت وحدت کے تحت روشناس ہوتا ہے۔ ازل سے ابد تک جو کچھ ہونے والا ہے وہ سب لوح محفوظ میں درج ہے۔ لوح محفوظ کا دوسرا نام کلیات ہے۔ کلیات یا لوح محفوظ میں جو کچھ محفوظ ہے وہ تمام اشیاء ہیں، جو چاہے کسی بھی نوع یا مخلوق سے متعلق ہوں آپس میں ایک دوسرے کا شعور رکھتے ہیں اور ایک دوسرے سے روشناس اور متعارف ہیں۔ اگر یہ صورت نہیں ہوتی تو انسان چاند، ستاروں اور اپنی زمین سے الگ ماحول سے روشناس نہ ہوتا۔

انسان کی نگاہ تمام اجرام سماوی کو دیکھتی ہے یہ اس بات کی دلیل ہے کہ ہر انسان کی حس زمین سے باہر ماحول کو بھی پہچانتی ہے، یہی پہچاننا روحانیت میں صفات الہیہ کی معرفت کہلاتا ہے۔ اب ہم اس طرح کہیں گے کہ انسانی شعور کی نگاہ کائنات کے ظاہر کو دیکھتی ہے۔ بالفاظ دیگر انسان کا لا شعور اچھی طرح جانتا ہے کہ کائنات کے ہر ذرے کی شکل و صورت حرکات اور باطنی حیات کیا ہیں۔ آدم زادن حرکات کو صرف اس لیے نہیں سمجھ سکتا کہ اس کو اپنے لا شعور کا مطالعہ کرنا نہیں آتا۔ یہ مطالعہ کشف الہجو کی صلاحیتیں پیدا کرنے کے بعد ممکن ہے۔

مثال کے طور پر جب کوئی مضمون نگار مضمون لکھنا شروع کرتا ہے تو مضمون کے اجزاء بالترتیب اور بالتفصیل ذہن میں آنے لگتے ہیں۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ عبارت کا مفہوم لکھنے والے کے تحت لا شعور میں پہلے سے موجود تھا۔ وہاں سے یہ مفہوم لا شعور یعنی ذہن میں منتقل ہوا اور لفظوں کا جامہ پہن کر کاغذ پر منتقل ہو گیا۔ مزید سمجھنے کے لیے ہم یوں کہہ سکتے ہیں

کہ مضمون کا مفہوم پہلے سے کلیات میں موجود تھا، وہاں سے منتقل ہو کر مضمون نگار کے ذہن تک پہنچا۔ اب اگر کوئی شخص اس مضمون کو تحت لا شعور میں مطالعہ کرنا چاہے تو اس صلاحیت جس کو کشف الہجو کہتے ہیں کے ذریعہ مطالعہ کر سکتا ہے۔ خواہ یہ مضمون دس ہزار سال بعد لکھا جائے والا ہو یا دس ہزار سال پہلے لکھا جا چکا ہو۔

انسان جب کسی زاویہ کو صحیح طور پر سمجھنا چاہتا ہے تو اس کی حیثیت غیر جانبدار یا عدالت کی ہوتی ہے اور وہ بحیثیت عدالت کبھی فریق نہیں بنتا۔

عدالت کو مدعی اور مدعا علیہ کے معاملات کو صحیح طور پر سمجھنے کے لئے عدالت ہی کا طرز ذہن استعمال کرنا ہوتا ہے۔ اس کے معنی یہ ہوتے ہیں کہ ایک طرز ذہن فریق کا ہے اور ایک طرز ذہن عدالت کا ہے۔ ہر شخص کو طرز فکر کے دو زاویے حاصل ہیں۔ ایک زاویہ بحیثیت اہل معاملہ اور دوسرا زاویہ بحیثیت غیر جانبدار۔ جب انسان بحیثیت غیر جانبدار تجسس کرتا ہے تو اس پر حقائق منکشف ہو جاتے ہیں۔ تجسس کی یہ صلاحیت ہر فرد کو ودیعت کی گئی ہے تاکہ دنیا کا کوئی طبقہ معاملات کی تفہیم اور صحیح فیصلوں سے محروم نہ رہ جائے۔

سالک جب روحانی استاد کی نگرانی میں مراقبہ کے ذریعہ اپنے اندر جھانکنے کی کوشش کرتا ہے تو بالآخر یہ کوشش کامیاب ہو جاتی ہے اور اس کے اندر INNER میں کشف الہجو کی صلاحیت بیدار اور متحرک ہو جاتی ہے اس بیدار اور متحرک صلاحیت سے مادیائی نظر کھل جاتی ہے۔



سوال: میں عرصہ دراز سے روحانی علوم پر مبنی تصانیف کا مطالعہ کر رہا ہوں۔ روحانی علوم کے بارے میں یہ کہا جاتا ہے کہ یہ علم سینہ ہے، اس کی حفاظت اور اس کی منتقلی سینہ بہ سینہ ہوتی ہے۔ میں آپ سے یہ پوچھنا چاہتا ہوں کہ یہ علم سینہ ایک روحانی استاد سے کس طرح روحانی شاگرد کو حاصل ہو جاتا ہے۔

(محمد عزیز آرائیں۔ کراچی)

جواب: جب کوئی شاگرد اپنے روحانی استاد کی طرز فکر حاصل کرنا چاہتا ہے تو اس کے لئے سب سے ضروری بات یہ ہے کہ وہ استاد کی نسبت حاصل کرے۔

نسبت حاصل کرنے کا پہلا سبق تصور ہے۔ جب روحانی شاگرد آنکھیں بند کر کے ہر طرف سے ذہن ہٹا کر اپنے روحانی استاد کا تصور کرتا ہے تو روحانی استاد کے اندر کام کرنے والی لہریں اور طرز فکر منتقل ہونے کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ طرز فکر روشنیوں کا وہ ذخیرہ ہے جو حواس بناتی ہے، شعور بناتی ہے، زندگی کی ایک بچ بناتی ہے۔

تاریخ میں ایسے بے شمار واقعات موجود ہیں کہ جب کوئی روحانی شاگرد اپنے روحانی استاد کے تصور میں گم ہو جاتا ہے تو اس کی چال ڈھال انداز گفتگو اور شکل و صورت میں ایسی نمایاں مشابہت پیدا ہو جاتی ہے کہ یہ پہچاننا مشکل نہیں رہتا کہ یہ اپنے روحانی استاد کا عکس ہے۔

تصور کا قاعدہ اور طریقہ یہ ہے کہ ایک مقررہ وقت پر ذہن کو ہر طرف سے آزاد کر کے بند آنکھوں سے یہ سوچا جائے کہ روحانی استاد کی طرز فکر میں کام کرنے والی روشنیاں میرے اندر منتقل ہو رہی ہیں۔



قدیم شہر میانوالی 1901ء میں

خلع بنا، اس سے پہلے یہ ضلع

بنوں میں شامل

تھا۔ اب یہ دو تحصیلوں پر

مشتمل

میانوالی شہر کی

آبادی دولاکھ پر

افراد پر مشتمل

ہے۔ یہ شہر سڑک اور

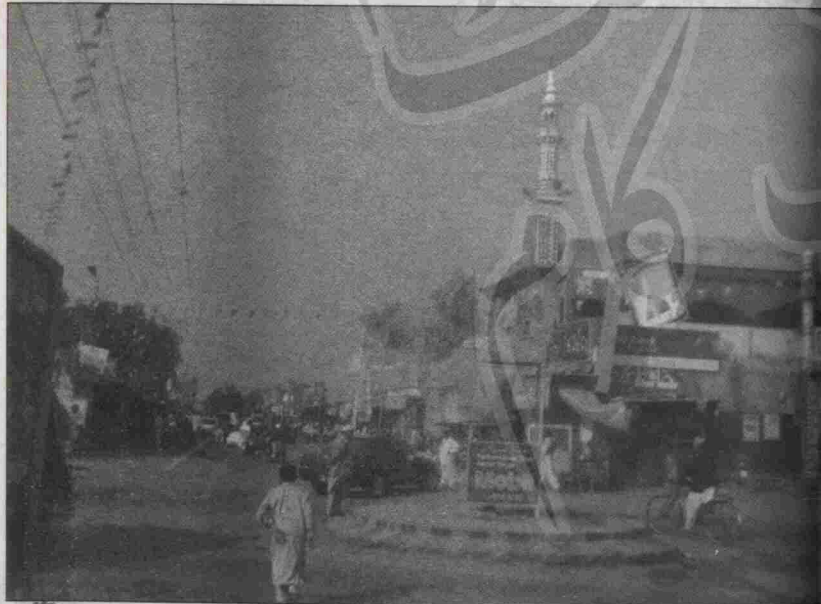
ریلوں کے ذریعے کئی

شہروں سے ملا ہوا ہے۔



میانوالی.....

شہر کی بنیاد محفل اعظم کے دور میں حضرت میاں علی محمد نے رکھی۔



اگست ۲۰۱۲ء

زمین وجود میں آئے اور زندگی پیدا نہیں ہوئی تھی تو دونوں سیاروں پر آتش فشاں پھٹے اور ان کی فضا میں کاربن ڈائی آکسائیڈ شامل ہونے لگا۔

زہرہ کے زیادہ گرم ہونے کے سبب اس پر موجود چٹانوں نے زمین کے مقابلہ میں بہت کم کاربن گیسو کو اپنے اندر جذب کیا جس کے نتیجے میں زہرہ کی فضا میں کاربن ڈائی آکسائیڈ کی مقدار بڑھتی جا رہی ہے۔ اس طرح سیارہ کی حرارت کا باہر کی فضا میں اخراج نہ ہو سکا۔ یہ حرارتی عمل آہستہ آہستہ اتنا بڑھ گیا کہ زندگی کا امکان نہ پیدا ہو سکا۔ اگر یہی کیفیت زمین کی ہوتی تو یہاں بھی زندگی کا وجود ناممکن ہو جاتا۔

فرانس کے اعلیٰ صلاحیت کے حامل سائنسدان مسٹر کرچن مارشل نے ایک ایسی قابل عمل تجویز پیش کی ہے کہ جس کے عمل درآمد کے بعد زہرہ سیارہ کو انسانی رہائش کے قابل بنایا جاسکتا ہے۔ بلکہ زمین کے مقابلہ میں اس پر رہائش قابل رہنما ثابت ہوگی۔ سائنسدان کا خیال ہے کہ زمین پر اتنے وسائل موجود ہیں کہ زہرہ کی جارحانہ فضا کو تبدیل کیا جاسکتا ہے۔

سائنسدان کا کہنا ہے کہ آج انسان کے قبضہ قدرت میں اتنی ایسی قوت موجود ہے کہ اپنی کرہ ارض کو بیس مرتبہ تباہ کیا جاسکتا ہے۔ لیکن اسی صلاحیت کو بروئے کار لا کر ایک نئی دنیا بھی پیدا کی جاسکتی ہے۔

مارشل مصنوعی خلائی سیاروں کے ماہر ہیں۔ ان کا خیال ہے کہ اسی مہارت اور خلائی جہاز کے ذریعہ ایک ایسا لائحہ عمل مرتب کیا جاسکتا ہے جس سے بہت ہی عظیم شہاب ثاقب کو گھیر کر زہرہ کی حدود میں لایا جاسکتا ہے اور یہی زہرہ کی فضا میں تبدیلی کا بنیادی کارنامہ ہے۔

اس سیارہ پر توانائی کا عمل زمین سے زیادہ نہیں ہے۔ لیکن درجہ حرارت کا تعلق سیارہ کی فضا سے ہے جو شیشہ

کے گھر کی مانند ہونے کے سبب اس کا ماحول نہایت کثیف ہے۔ زمین کے مقابلہ میں زہرہ پر روزی کاربن ڈائی آکسائیڈ ایک لاکھ گنا زیادہ ہے۔ یہ کاربن گیسز بے بہا شمسی حرارت کو داخل ہونے میں مدد دیتی ہیں لیکن سیارہ کی سطح سے حرارت منعکس ہو کر باہر کی سمت فضا میں خارج نہیں ہو پاتی ہے۔ زہرہ کو ٹھنڈا کرنے کے لیے قطبین پر جہاں سورج کی روشنی بہت زیادہ پڑتی ہے۔ گرد و غبار کے بادل پیدا کرنا ہوں گے اور یہی وہ علاقے ہیں جو رہائش کے لیے نہایت موزوں ہیں۔ یہ بادل سورج سے پڑنے والی حرارت کو فلٹر کریں گے جس کے سبب حرارتی عمل میں کمی آجائے گی اور ٹھنڈک کی وجہ سے کاربن گیس ٹھوس ذرات کی شکل اختیار کر کے بارش کی طرح زہرہ سیارہ کی سطح پر گر جائیں گی۔ اس طرح اس سیارہ کا ماحول اور حرارت انسانی برداشت کے قابل ہو جائے گا۔

اس تمام منصوبہ سے یہ نہ سمجھا جائے کہ اربوں ٹن گرد و غبار زمین سے زہرہ تک پہنچایا جائے گا بلکہ مریخ اور مشتری سیاروں کے درمیان شہاب ثاقب کے ایک بڑے جھوم کی پٹی ہے جس میں لاتعداد چھوٹے بڑے شہابیہ محو گردش ہیں۔ اس جھوم میں سے ایک بڑے شہابیہ کو دھکیل کر زہرہ کی فضا میں لے جایا جائے گا۔

انسان صدیوں سے زہرہ پر زندگی پائے جانے کی خوش فہمی میں رہا ہے۔ 1686ء میں ڈی فونٹے نیل نے لکھا تھا کہ زمین سے اندازہ لگاسکتا ہوں کہ زہرہ کے کلیں کس قسم کے ہوں گے۔ چھوٹے قد ہوں گے اور سورج کی حرارت سے جلے بھنے سیاہ قام مگر بڑے پر مذاق اور ہر وقت محبت اور خلوص کی باتیں کرنے والے، ہر روز ناناچ گانوں اور مقابلہ بازی میں مگن رہتے ہوں گے۔ تمام زمینی برائیوں سے مبرا صاف زندگی گزارتے ہوں گے۔ اگر

بقیہ: صفحہ 178 پر ملاحظہ کیجیے

میانوالی

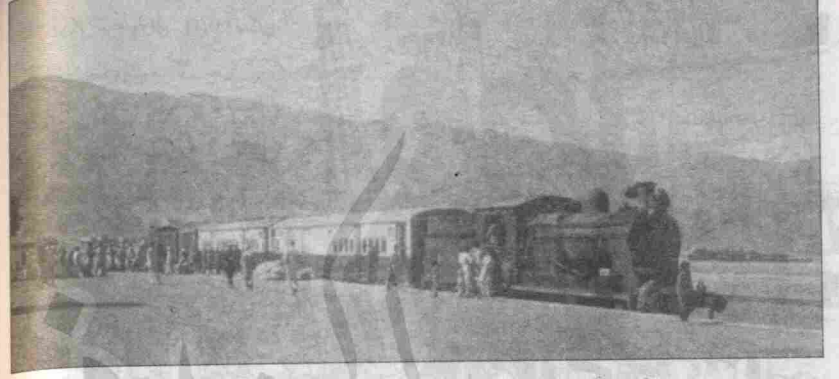
ہے۔ میانوالی کے لوگ ابتداء میں افغانستان کے صوبہ غزنی سے آئے تھے۔ خوشاب بنوں، کرک، اٹک، چکوال، کوہاٹ، ڈیرہ اسماعیل خان اور بھکر کی سرحدوں سے ملتا ہوا میانوالی کا جمل تھل دریا قدیم ثقافت کا امین ہے۔

میانوالی کے شمال میں تیس میل کے فاصلے پر کوہ تنگ اور زمانہ قدیم کے دو مشہور شہر کالا باغ اور دھن کوٹ تھے۔ سلطان محمود غزنوی، شہاب الدین غوری اور مغلیہ عہد تک

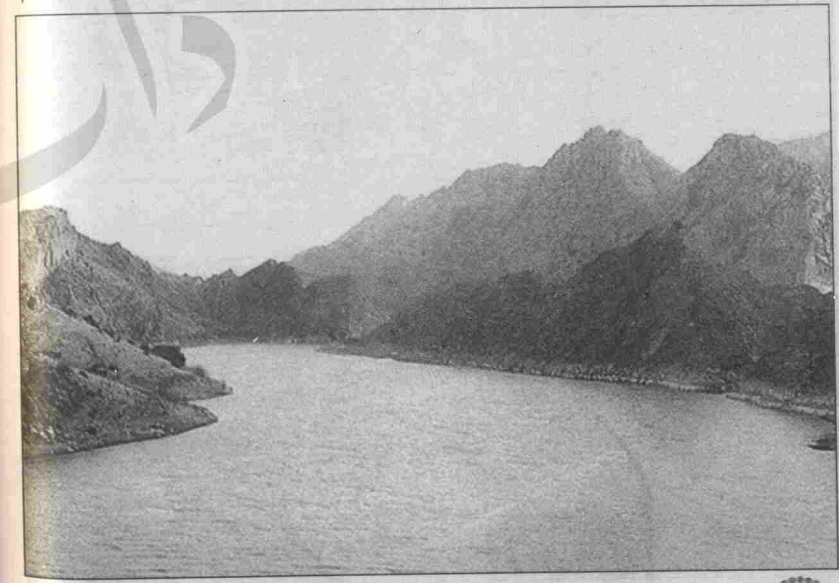


یہ راستہ اختیار کیا تھا۔ سلطان محمد غوری کی وفات کے بعد سندھ اور ملتان میں ناصر الدین قباچ کی حکومت تھی تو اس کی سرحدیں بھی میانوالی تک تھیں۔ چنگیز خان کے حملہ کے وقت اس کی طاقت و عظمت کی شہرت اسلامی ممالک تک پہنچ چکی تھی۔ محمد شاہ (خوارزم) کا بیٹا جلال الدین اپنے باپ سے مختلف تھا۔ اس نے فوجیں جمع کیں اور مغلوں کا مقابلہ شروع کیا، جب اس کا مقابلہ مشکل ہو گیا تو دریائے سندھ کے کنارے آگیا۔ اس کا ارادہ تھا کہ وہ دریائے سندھ کو ضلع میانوالی کے علاقوں یعنی روگھری اور دھن کوٹ کے مقامات سے عبور کر کے سلطان دہلی سے کمک حاصل کرے لیکن وہ

کامیاب نہ ہو سکا اور چند روز بعد مغلوں کی فوج نے جلال الدین کے تعاقب میں دریائے سندھ کو پار کیا اور روگھری اور دھن کوٹ کے علاوہ ضلع میانوالی کے کئی قصبوں کو تاخت و تاراج کیا۔ قتل عام ہوا، کئی گاؤں خالی ہو گئے مگر جلال الدین ان کے ہاتھ نہ آیا اور مغل فوج بھیرہ جا پہنچی۔



1946ء میں میدانی علاقوں میں دریائے سندھ پر پہلا بیراج بنایا تو میانوالی کی اہمیت دو چند ہو گئی۔ اس بیراج کو آج کل جناح بیراج کہا جاتا ہے۔ چشمہ بیراج بھی میانوالی میں ہے۔ جبکہ مشہور زمانہ کالا باغ ڈیم کا مجوزہ مقام بھی میانوالی کے شمالی حصے میں واقع ہے۔ اس میں کئی میلوں پھیلے ہوئے ریتیلے میدان سرسبز لہلہاتے کھیت، آسمان سے باتیں کرتے ہوئے پہاڑ بھی ہیں۔



تیور نے 1398ء میں ہندوستان پر حملہ کیا تو اس کی فوج کے ہر اہل دستے پشتونوں پر مشتمل تھے، یہ پشتون اپنے اپنے سرداروں کی سرکردگی میں تیمور کے ساتھ تھے۔ اس وقت ہندوستان پر تغلق خاندان کی حکومت تھی اور دہلی کا تاجدار محمود تغلق تھا۔ جب سلطان محمد تغلق کا زمانہ آیا تو غزنی کے پشتونوں کی آمدورفت میانوالی کے راستے زیادہ ہو گئی۔ تیمور کے حملے کے وقت ملتان اور لاہور میں پشتونوں میں بالخصوص نیازی اور لودھی قبیلے کے لوگ آباد تھے، ان لوگوں نے تیمور کے پوتے کے ساتھ سخت مقابلے کیے، جب تیمور کی واپسی کے موقع پر سید خضر خان، حاکم ہانوا میانوالی کا علاقہ بھی تیموری عہد کے تصرف میں آ گیا۔

29 مارچ 1849ء میں میانوالی فرنگی ہندوستان کا حصہ قرار دیا گیا اور بہت سی تبدیلیاں ہوئیں۔ مشہور مسلمان حکمران فرید خان المشہور شیر شاہ سوری نے میانوالی میں بھی جگہ جگہ قلعے اور کوٹ (چھوٹے قلعے) تعمیر کیے۔ مثلاً میانوالی کے قریب ایک تاریخی قصبہ داں بھجور میں ایک تاریخی باؤلی تعمیر کرائی تھی۔ اس کے علاوہ ناگٹی اور قلعہ کھل تعمیر کرائی۔ پنجاب کا قدیم تاریخی شہر میانوالی جہاں کھوکھر، گلکھڑ، جنجوعے، اعوان اور نیازوں کی تعداد زیادہ پائی جاتی ہے، صوبہ سرحد کے سنگم پر واقع ہے۔ میانوالی تاریخ کے صفحات میں ”کبھی، میاں اور والی“ کے نام سے پہچانا جاتا تھا۔ میانوالی کی تہذیب کے اوراق انہیں توپتہ چلتا ہے کہ میانوالی کئی بار اجڑا اور کئی بار آباد ہوا۔ 500 (سو) سال قبل یہاں کے لوگ خانہ بدوشوں کی زندگی گزارنے پر مجبور تھے۔ ایک جگہ جھوپڑی لگائی اور بیرونی حملوں کے خوف سے ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقل ہو گئے۔ یہ سلسلہ عرصہ دراز تک چلتا رہا۔ اس علاقہ میں کھیتی باڑی کرنا مشکل تھا کیونکہ صبح

کہیں شام کہیں روزانہ کام معمول بنایا تھا۔ دوسری وجہ یہ تھی کہ دریائے سندھ کی سرکش موجیں اور پانی کا زرخ فصول کو تاراج کرتا تھا۔ زمانہ قدیم میں خوف اور ہلچل لوگوں کا مقدور بن چکی تھی کیونکہ جتنی مرتبہ بھی افغانوں نے ہندوستان پر حملے کیے تو میانوالی کی سرزمین سے گزر کر آگے گئے۔

میانوالی میں آثار قدیمہ کی بہتات تھی لیکن دریائے سندھ کی لہروں اور موجوں نے اس تاریخی شہر کے پرانے آثار کو ملبا میٹ کر دیا ہے۔

میانوالی آج صوبہ پنجاب کا ایک اہم شہر ہے۔ یہاں کے زیادہ تر لوگ سرائیکی زبان بولتے ہیں۔ یہاں پاک فوج کا فوجی ہوائی اڈا بھی ہے۔ یہاں کے بہادر لوگوں کی کثیر تعداد پاکستان فوج میں شمولیت اختیار کرتی ہے۔ میانوالی ضلع 5840 مربع کلومیٹر پر پھیلا ہوا ہے۔



بقیہ: ربع صدی پہلے.....

پرانے عقیدہ کے مطابق اس سیارہ پر اس قسم کے انسان موجود ہیں تو زمینی انسان تو وہاں پہنچ کر فٹ و فٹو رہا کر کے ان کی خوشگوار زندگی میں زہر گھول دے گا۔ بعض سائنسدانوں کا خیال ہے کہ مارشل کی تجویز محض سائنس فکشن سے زیادہ کچھ نہیں۔ لیکن مارشل اپنے اس مفروضہ میں مکمل اعتماد رکھتے ہیں اور کہتے ہیں کہ انسانی وسائل اتنے زیادہ ہیں کہ اگر ان کو بنی نوع انسان تباہی کے ہتھیار تیار کرنے کے بجائے تسخیر کائنات پر صرف کرے تو کوئی وجہ نہیں کہ انسان ایک نہیں بلکہ کئی نئی دنیا تلاش کرنے اور کئی سیاروں کو رہائش کے قابل بنانے میں کامیاب ہو سکتا ہے۔



سعودی خواتین کی پہلی مرتبہ اولمپکس گیمز میں شرکت سعودی حکومت نے اپنی تاریخ میں پہلی مرتبہ خواتین کو اولمپکس میں شرکت کی اجازت دے دی ہے۔

اس بارے میں سعودی حکام کا کہنا ہے کہ اب جبکہ اولمپکس گیمز میں صرف چھ مہینے کا وقت رہ گیا ہے، ایونٹ میں والماد شندی لمباس نائی شو جہر سعودی عرب کی نمائندگی کرے



گی۔ باندی ختم کرنے کا فیصلہ جدہ میں سعودی فرمانروا شاہ عبداللہ ولی عہد، وزیر خارجہ، مفتی اعظم اور ممتاز علما کے درمیان خفیہ میٹنگ کے بعد کیا گیا تھا۔ اس حوالے سے باقاعدہ اعلان کیے جانے کی تمام تیاریاں مکمل تھیں لیکن ولی عہد شہزادہ نافذ کے سوگ کے سبب اسے ملتوی کر دیا گیا تھا۔ واضح رہے کہ مملکت میں قدیمی



احسن عظیم محمد

دلچسپ خبریں، حیرت انگیز واقعات اور ایجادات.....

جاتی ہے اور نہ ملک میں خواتین کھیلوں میں شرکت کی کوئی مثال موجود ہے۔ کوڑے سے پیٹرول بنانے کی تکنیک

ہجرات میں آبادی کے اضافے کے ساتھ ماحول دوست ٹیکنالوجی کو فروغ دینے کا سلسلہ بھی فروغ پا رہا ہے۔ ایسی ہی ایک کامیاب کوشش ممبئی کے تین بونڈل بنے کی ہے، انہوں نے

ایک ایسی مشین تیار کی ہے جس سے پلاسٹک کی قسیبوں سمیت ہر طرح کے



تخلیق کائنات کاراز، گاڈ پارٹیکل دریافت؟

پارٹیکل فزکس سے متعلق دنیا کی ایک بڑی تجربہ گاہ لارن ہیزرون کولائیڈر کے سائنس دانوں نے ایک تاریخی اعلان

کرتے ہوئے کہا کہ اس مختصر ترین جوہری ذرے کی موجودگی کی تصدیق ہو گئی ہے، جس کے متعلق یہ خیال کیا جاتا ہے کہ کائنات کی تخلیق میں اس کا بنیادی کردار ہے۔ سائنس اور ٹیکنالوجی سے متعلق کونسل کے سربراہ پروفیسر جان ووسر سلی نے لندن میں نامہ نگاروں سے کہا کہ یہ دریافت دنیا کے لیے بڑی اہمیت رکھتی ہے اور یہ سائنس کی تاریخ کا ایک



یادگار دن ہے۔ سائنس دانوں نے اعلان کیا ہے کہ انہیں اپنے اس دعوے کی صداقت پر ننانوے اعشاریہ ننانوے فیصد تک یقین ہے۔ یہ سائنس دان کئی برسوں سے ایک ایسے خیالی ذرے کے وجود کے امکان پر تحقیق کر رہے تھے کہ جن کے بارے میں یہ ان کا خیال تھا کہ وہ ایک ایسی کائی ہے جو کائنات میں موجود تمام قوتوں اور جوہری ذرات کو جوڑ کر کائنات کی تخلیق اور اسے قائم رکھنے میں مدد دے رہا ہے۔ اس سلسلے کی سب سے بڑی تجربہ گاہ فرانس اور سویٹزرلینڈ کی سرحد پر زیر زمین ہے۔ جسے لارن ہیزرون کولائیڈر یا ایل ایچ سی کہا جاتا ہے۔ یہ لیبارٹری تقریباً 27 کلومیٹر لمبی سرنگ میں واقع ہے اور زمین کی سطح سے اس کی گہرائی 574 فٹ ہے۔ کئی ارب ڈالر سے تعمیر کی جانے والی اس تجربہ گاہ میں دس ہزار سائنس دانوں کے کام کرنے کی سہولت موجود ہے۔ یہاں کام کا آغاز ستمبر 2008ء میں ہوا تھا اور یہاں پر پاکستان سمیت تقریباً ایک سو ممالک سے تعلق رکھنے والے سائنس دان کام کر چکے ہیں۔ دوسری لیبارٹری امریکی شہر شکاگو کے قریب واقع فرمی لیب ہے۔ جس کی لمبائی تقریباً ساڑھے چھ کلومیٹر ہے اور یہاں تحقیق کا آغاز ایل ایچ سی سے پہلے ہوا تھا۔

اس تاریخی اعلان کے لیے سائنس دانوں کی ایک ٹیم جینیوا میں اکٹھی ہوئی اور اس تاریخی مقام پر پروفیسر پیٹر ہگز بھی موجود تھے۔ یہ وہ سائنس دان ہیں جنہوں نے تقریباً 50 سال پہلے اس پر اسرار جوہری ذرے کا نظریہ پیش کیا تھا۔ ہگز بوسون کی تھیوری کے خالق پروفیسر پیٹر ہگز نے جینیوا میں پریس کانفرنس کے دوران کہا کہ ”میں اس دریافت پر ہر اس فرد کو مبارکباد دینا چاہوں گا جو اس کارنامے کا حصہ ہے۔ ایک عام آدمی کی حیثیت سے تو میں کہوں گا کہ ہم کامیاب ہو گئے ہیں، لیکن ایک سائنسدان کی حیثیت سے مجھے پوچھنا پڑے گا کہ ہم نے کیا تلاش کیا ہے؟ ہمیں ایک ذرہ ملا ہے جسے ہم بوسون

سرن میں پاکستانی سائنسدان

سرن کے ہیزرون کولائیڈر منصوبے سے وابستہ سائنسدان ڈاکٹر حفیظ ہورانی کے مطابق ایک وقت میں لیبارٹری میں پندرہ کے قریب سائنسدان کام کرتے

کھتے ہیں لیکن ہمیں پتہ لگتا ہے کہ یہ کس قسم کا بوسون ہے۔“

اگر یہ تصدیق ہوتی ہے کہ نیا دریافت شدہ ذرہ ہگز بوسون ہی ہے تو یہ اس صدی کی سب سے بڑی سائنسی دریافتوں میں سے ایک ہوگی۔ ماہرین طبعیات اس ذرے کو 1960ء کی دہائی میں پہلی مرتبہ انسان کے چاند پر قدم رکھنے کے برابر قرار دیتے ہیں۔ شروع میں سائنس دانوں کا خیال تھا کہ سب کچھ ایک خود کار



ہیں اور باقی سائنسدان پاکستان میں انٹرنیٹ کے ذریعے تحقیقی کام کرتے ہیں جس کو ویلیو ایڈیشن کہا جاتا ہے۔ انہوں نے کہا کہ سرن لیبارٹری کے ساتھ کام کرنے والے زیادہ تر سائنسدانوں کا تعلق نیشنل سینٹر فار فزکس اور پاکستان کے جوہری ادارے پاکستان اٹامک انرجی کمیشن سے ہے۔ انہوں نے کہا کہ پاکستانی سائنسدانوں کی مہارت اور قابلیت کی یورپ میں، خاص طور پر سرن سے متعلق کام کے حوالے سے بہت قدر کی جاتی ہے اور اس کا اندازہ اس سے لگایا جاسکتا ہے کہ بھارت کے چالیس سائنسدان سرن کے ساتھ کام کر رہے ہیں اور پاکستانی سائنسدانوں کی تعداد تیس ہے۔ ایک سوال کے جواب میں انہوں نے کہا کہ سرن میں دنیا بھر کے اعلیٰ تعلیمی اور تحقیقی اداروں کے سائنسدان کام کرتے ہیں اور پاکستانی سائنسدانوں کو ان کے ساتھ مل کر کام کرنے اور اس سیکھے کا موقع ملتا ہے۔

طریقے سے ہو رہا ہے، نئی دنیا میں بن رہی ہیں، پرانی دنیا میں فنا ہو رہی ہیں، مگر 60 کے عشرے میں ایک سائنس دان پیٹر ہگز نے ایک نیا تصور پیش کیا۔ ان کا کہنا تھا کہ یہ سب کچھ ایک نادیدہ قوت کر رہی ہے۔ توانائی اس وقت تک مادے کی شکل اختیار نہیں کر سکتی، جب تک اسے ایک نادیدہ قوت کی تائید حاصل نہ ہو۔ اس نامعلوم قوت کا نام پیٹر ہگز کے نام پر ہگز بوسون پڑ گیا۔ لیکن بعد ازاں اسی موضوع پر ایک اور سائنس دان لیون لیڈر من کی کتاب ”گاڈ پارٹیکل“ شائع ہونے پر ہگز بوسون کو گاڈ پارٹیکل یا خدائی صفات کا ذرہ کہا جانے لگا۔ جدید طبعیات کے ماہرین کہتے ہیں کہ کائنات بنانے میں گاڈ پارٹیکل نے مرکزی کردار ادا کیا ہے، جسے ثابت کرنے کے لیے وہ کئی برسوں سے تجربات کر رہے تھے۔

کوڑے کرکٹ کو خام تیل میں تبدیل کرکٹ کو خام تیل میں تبدیل کرتی ہے۔ اس کیلک کے ذریعے 150 ٹن کوڑے کو ایک لاکھ پچاس ہزار لیٹر خام تیل میں تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ انہوں نے بتایا کہ یہ پولی کریک سسٹم ہے جس میں ہم کوڑے کو پکا کر گیس میں تبدیل کرتے ہیں اور پھر یہ گیس ایک ”خصوصی مولیکول“ کو توڑ کر ہائیڈرو کاربن گیس اور پیٹرولیم گیس میں تبدیل کرتی ہے اور جو ٹینڈر انہوں نے کیمپ پیٹرول میں کوڑے کو پکا کر گیس میں تبدیل کرتے ہیں اور پھر یہ گیس ایک ”خصوصی

اس سال کے آخر تک اپنا تیل فروخت کرنا شروع کر دیں گے۔ رحم مادر میں بچے کا کامیاب آپریشن کیا ہے۔ اسے اپنی نوعیت کا دنیا کا پہلا آپریشن قرار دیا جا رہا ہے۔ تفصیلات کے مطابق میڈی گونزالز نامی ایک خاتون نے حمل کے سترہویں ہفتے میں کروائے جانے



پاکستانی نژاد عرب امارات کے شہری کی 28 شادیاں، 93 بچے

خوامش ہے 100 بچے ہوں، امارات حکومت خصوصی فنڈز دیتی ہے۔ داد محمد

پاکستانی نژاد عرب امارات کے شہری

64 سالہ داد محمد مراد عبدالرحمن نے 28

شادیاں کیں جن سے 93 بچے ہیں۔ کراچی

پر پریس کلب میں اخباری نمائندوں سے

خصوصی بات چیت کرتے ہوئے خوش اخلاق

اور خوش گفتار داد محمد مراد عبدالرحمن نے

بتایا کہ وہ بنیادی طور پر ایرانی بلوچ ہیں تاہم

ان کی پیدائش 18 اگست 1948ء کو سندھ کے

شہر میرپور خاص میں ہوئی تھی جس کے بعد ان کے والدین گوارہ چلے گئے، اس وقت گوارہ مہرقہ کے والی عبداللہ کے

ناحتہ تھا۔ 1955ء میں ہم لوگ مہرقہ چلے گئے۔ داد محمد مراد عبدالرحمن کی سب سے آخری شادی 8 جولائی 2012ء کو

کراچی غریبی میں ہوئی جبکہ ان کی پہلی شادی 28 سال کی عمر میں کراچی کے علاقے لیبر میں ہوئی تھی۔ 93 بچوں میں سے

49 بیٹے جبکہ 44 لڑکیاں ہیں۔

کیا آپ کو اپنے بچوں کے نام یاد ہیں۔ 93 سوال کے جواب میں داد محمد مراد کا کہنا تھا کہ ان کو اپنے بچوں کے نام یاد

نہیں تاہم وہ اپنی بیویوں کی مدد سے بچوں کو یاد رکھتے ہیں اور پہچانتے ہیں، 16 بیٹے اور پانچ بیٹیوں کی شادی ہو چکی ہے۔ بیٹوں

میں سے اکثریت کی دوسرے تین شادیاں اور پانچ سے زائد بچے ہیں جس کے باعث ہمارا خاندان 150 سے زائد افراد پر

مشتمل ہے۔ 60 سے زائد نوکر اور ڈرائیور ہیں جس کے باعث ہمارے خاندان میں روزانہ 250 افراد کا کھانا بنتا ہے۔ ایک

اور سوال کے جواب میں انہوں نے کہا کہ میں ایک ٹانگ سے محروم ہوں، کراچی میں سڑک حادثے کے دوران 1995ء



میں میری ٹانگ کاٹ دی گئی تھی، تاہم اب
بھارت کے شہر سے پور جا رہا ہوں جہاں پر اپنی
ٹانگ کا علاج کرانے کے ساتھ ساتھ ایک شادی
بھی کروں گا۔ انہوں نے بتایا کہ آٹھ بیویاں اب
بھی حیات میں جبکہ باقیوں میں کچھ انتقال کر چکی
ہیں اور بعض کو طلاق دے چکا ہوں۔

انگریزی، اردو، عربی، فارسی، ہندی،
سندھی، بلوچی سمیت 12 زبانیں بولنے والے داد
محمد مراد کا یہ بھی کہنا تھا کہ انہوں نے کبھی بھی

برگر، چٹ پٹے کھانے نہیں کھائے اور نہ ہی وہ بومل کا کھانا کھاتے ہیں، وہ بادہ مرگشت کھاتے ہیں جو گھر پر بکرے ذبح

کر کے پکایا جاتا ہے۔ ایک اور سوال کے جواب میں انہوں نے بتایا کہ انہوں نے مسلمان لڑکیوں سے شادی کی تاہم ایک

بیوی عیسائی ہے، جن سے انہوں نے انڈیا میں گوا میں شادی کی تھی۔ تاہم سکھ لڑکی کے ساتھ بھی شادی کا خواہش مند

ہوں۔ انہوں نے بتایا کہ بچوں کو پالنا ان کے لیے کوئی مسئلہ نہیں اگر بچے اور بھی ہو جائیں تو بھی مسئلہ نہیں کیونکہ ہر بچے کی

پیدائش پر پورے ای کی حکومت فنڈز میں مزید اضافہ کرتی ہے۔ برطانیہ کی حکومت نے انہیں ایک کروڑ ریال فراہم کیے

تھے، جبکہ ان کو برطانوی حکومت نے یہ سہولت فراہم کی ہے کہ وہ یورپ کے کسی بھی ملک میں جائے ان کا ٹکٹ اور ویزہ

برطانوی حکومت فراہم کرتی ہے۔ اپنی جوانی برقرار رکھنے کے راز بتاتے ہوئے داد محمد نے کہا کہ زندگی بھر کبھی شراب پی

اور نہ سگریٹ کو ہاتھ لگایا۔

ایک سال کے جواب میں انہوں نے بتایا کہ عرب امارات میں ان کے 16 گھر ہیں جن میں مختلف بیویوں کو رکھا ہوا

ہے۔ صرف مہرقہ میں چھ گھر ہیں جبکہ مرکزی گھر عثمان میں ہے، ایک سوال پر انہوں نے بتایا کہ ”ایک بیوی کو دوسری کی

ہوا لگے تو معاملہ خراب ہوتا ہے، اس لیے سب کو علیحدہ گھروں میں رکھتا ہوں۔“

شاہ ہونے والی تحقیق کے مطابق چین

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار



سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

اور امریکہ کے ماہرین کا کہنا ہے کہ

برتنوں کے یہ ٹکڑے انہیں چین کے

جنوبی صوبے جیانگ زی کے ایک غار

سے ملے ہیں۔ جریدے میں بتایا گیا ہے

کہ ان برتنوں پر کیے جانے والے ریڈیو

کاربن تجربے سے پتہ چلا ہے کہ ان میں

شامل ایک پیالے کے ٹکڑے تین ہزار

سال پرانے ہو سکتے ہیں۔ یہ

میری پسندیدہ کتاب

علم کا مقام بلند

حق تعالیٰ کے نزدیک علم کا درجہ بہت بلند ہے اور یہ خداوند تعالیٰ کی صفات میں داخل ہے، تو اس صورت میں عالم کا اپنی طرف التفات نہ کرنا بہت دشوار اور مشکل ہو گا۔ ہاں ان دو طریقوں سے یہ امر مشکل آسان ہو سکتا ہے۔ ایک طریقہ تو یہ ہے کہ عالم غور کرے کہ علم کے باعث ہی اس کا مواخذہ ہو گا اور سخت مواخذہ ہو گا کہ جاہل کی بہت سی تقصیرات (اس کی نادانی اور جہالت کے باعث) معاف کر دی جائیں گی اور عالم سے درگزر نہیں کی جائے گی کیونکہ عالم کی تقصیر بہت بڑی تقصیر ہوتی ہے۔ اس سلسلہ میں وہ ان احادیث شریفہ پر غور کرے جو عالم کی خرابی اور مواخذے کے سلسلہ میں وارد ہوئی ہیں۔

قرآن شریف میں اللہ تعالیٰ نے اس عالم کو جو اپنے علم پر عمل نہ کرے، گدھے سے تشبیہ دی ہے کہ وہ گدھے کے بوجھ برابر کتابیں اٹھائے پھرتا ہے۔

(اقتباس: یکمائے سعادت۔ از امام غزالی۔ ترجمہ محمد سعید نقشبندی، مرسلہ: حسن ناصر۔ لاہور)

تہذیب و تمدن

جس قوم کے ایمانیات روحانی امور پر مشتمل ہوتے ہیں اس کا مذہب اور اس کی تہذیب دونوں ایک ہوتے ہیں۔ جس کے ایمانیات محض دنیوی امور پر مشتمل ہوں اس کی تہذیب اس کے مذہب سے جدا ہوتی ہے۔ اس دوسری صورت میں شخصی اور قومی زندگی پر مذہب کا کوئی خاص اثر باقی نہیں رہتا۔

تہذیب کا مذہب سے آزاد ہو جانا آخر کار اخلاقی انحطاط اور تباہی کا موجب ہوتا ہے۔

لیکن تہذیب کا مذہب کے زیر اثر رہنا منحصر ہے اس پر کہ مذہب کے ایمانیات ایسے روحانی امور پر مشتمل ہوں جو اوتی مدارج سے لے کر بلند ترین مدارج تک انسان کے ارتقائے عقل کا ساتھ دے سکیں، جن سے انسانی سیرت کی تشکیل اس طرح ہو کہ وہ بیک وقت اعلیٰ درجے کا دین دار بھی ہو اور دنیا دار بھی، بلکہ اس کی دنیا داری میں دین داری ہو اور دین داری میں



دنیا داری....! جس قوم کا مذہب اور تہذیب ایک ہوں اس کا ایمان محض مذہبی ایمان نہیں ہوتا بلکہ بعینہ دنیوی ایمان بھی ہوتا ہے۔ اس کے ایمان کا مرکز نزل ہونا، اس کے مذہب اور اس کی تہذیب دونوں کے لیے غارت گرے اور اس کی دنیا اور اس کے دین دونوں کے لیے تباہ کن ہے۔ امت مسلمہ ایسی ہی ایک امت ہے.... اس کی تہذیب اس کے مذہب سے ماخوذ ہے اور اس کی وجہ سے دین و تمدن دونوں کا انحصار ایمان ہی پر ہے۔

(اقتباس: اسلامی نظریہ حیات۔ خورشید احمد، مرسلہ: رمیز خان۔ پشاور)

انگاروں کی کاشت

خالق کائنات نے اس دنیا کو محبت خوشی مسرت و شادمانی اور ایثار کا گہوارہ بنایا تھا اور آج بھی دنیا کی ہر شے دیدہ بینا کو مسرت اور خوشی مہیا کرتی ہے۔ خوب صورت رنگ برنگ چڑیاں، فطرت کے شاہد مناظر، پانی کا اتار چڑھاؤ، پہاڑوں کی بلندی، آسمان کی رفعت، پھولوں کا حسن، درختوں کی قطاریں، تاروں بھری رات، روشن روشن دن، ماں کی آنکھوں میں محبت کی چمک، بچے کا چہرہ اور کلاسی بھرنا، بہن کی پاکیزگی، بھائی کا اخلاص، بیٹی کا تقدس اور باپ کی شفقت یہ سب بلاشبہ نوع انسانی کے لیے خوشی اور شادمانی کا سامان ہیں۔

ایک ماں کی طرح زمین بھی یہی چاہتی ہے کہ اس کی اولاد پر مسرت زندگی گزارے، زمین کو دوزخ نہ بنا ڈالے اور اس کے اوپر پھولوں کی بجائے انگاروں کی کاشت نہ کی جائے.... یہ کیسی احسان فراموشی ہے کہ بچے اپنی ماں کی گود اچاڑنے اور برباد کرنے پر مصہر ہیں۔

(اقتباس: آوازِ دوست۔ خواجہ غصہ الدین عظیمی، مرسلہ: قیصر امین۔ ساہیوال)

مخلوقِ خونی

جب انسان کے دل سے انسانوں کا احترام اٹھ جائے تو سمجھ لیجئے کہ عذاب کا دور آگیا۔ عذاب کے زمانے بد اعتمادی اور بد نظمی کے زمانے ہیں۔ جب انسان دوستی، انسان دشمنی میں تبدیل ہو جائے تو آغاز عذاب ہے۔ انسان جب انسانوں کو خوفزدہ کرے یا ان سے خوفزدہ رہے تو اور عذاب کیا ہے۔ تعجب تو یہ ہے کہ ہر انسان ہر دوسرے انسان کو بری نگاہ سے دیکھے اور افسوس تو یہ ہے کہ کوئی کسی کا پرسان حال نہ ہو۔ ہر طرف قتل و قاتل ہو اور حال یہ ہو کہ بس برہم حال ہو۔ ہر طرف میسجوں کا ہجوم ہو اور مریض دم توڑ رہا ہو۔ خدا خوفی نہ رہے تو مخلوق خونی کی وبا پھیل جاتی ہے اور عذاب کی انتہائی صورت یہ ہے کہ عذاب نازل ہو رہا ہو اور لوگ بد مستحق اور رنگ رلیوں میں مجھوں۔ پانی سر تک آنے والا ہو اور انسان ٹس سے مس نہ ہو۔

(اقتباس: قطرہ قطرہ قلم۔ واصف علی واصف، مرسلہ: محمد بلال۔ کوٹ اڈو)



کتاب زندگی کی بہترین دوست ہے، جو قاری کو دنیا جہان کی سیر کراتی ہے، اس پر علم کے نئے نئے ذرا کرتی ہے، ذہن و فکر کو جلا بخشتی ہے۔ بعض کتب ایسی بھی ہوتی ہیں جن کا اثر ساری زندگی قاری کے ذہن پر قائم رہتا ہے۔ اگر آپ کی بھی کوئی ایسی پسندیدہ کتاب ہے تو روحانی ڈائجسٹ کے ان صفحات کے ذریعہ قارئین کو اپنی پسند سے آگاہ کر سکتے ہیں۔



۱۳۱ ماہ کا بہترین شعر

جس نے اپنی مثال خودی سج دی
سج یہ ہے عظمت زندگی سج دی
(مرسلہ: فرحان علی سیالکوٹ)

دستور اس جہاں کا عجیب و غریب ہے
سج بات کہنے والے کے حق میں صلیب ہے
(مرسلہ: سلیم شاہد اسلام آباد)

ہم اپنے شہر میں محفوظ ہیں، بہت خوش ہیں
یہ سج نہیں ہے مگر اعتبار کرنا ہے
(مرسلہ: شرمین ریاض کراچی)

نظریں ملا سکا نہ وہ سچائیوں سے جب
تہمت ہی آئینہ پہ لگا کر چلا گیا
(مرسلہ: محمد غلام رسول سکھر)

مدت کے بعد بھی سہی منہ کھولنا پڑا
اس انجمن میں آپ کو سج بولنا پڑا
(مرسلہ: بحر ایش فیصل آباد)

سج اگر پوچھیں تو افلاسِ تجیل ہے وفا
ضمیروں میں تو پیسہ بولتا ہے
(مرسلہ: مسعود احمد رحیم یار خان)

دل میں ہر دم نیا اک حشر پیا رکھتا ہوں میں
(مرسلہ: کاشان احمد سیالکوٹ)

سج ہے دنیا مرئیں خانہ ہے
رج میں سب کو مبتلا دیکھا
(مرسلہ: یاسر خان کوئٹہ)

خوف کی ایسی آئینہ بیماری لگے
سج وہ بولے تو اداکاری لگے
(مرسلہ: مسرت جمیل کراچی)

سج (مرسلہ: حامد مشتاق لیٹ آباد)

جھوٹ کی برسات میں کیا سر چھپاتے ہی پھرے؟
سج کا چہرہ اتر گیا ہوگا
(مرسلہ: سلیمان شاہ ڈنگاپور)

سج کبھی بولا بھی ہے یا حوصلہ کرتے رہے؟
(مرسلہ: عاطف شام رحیم یار خان)

حق پسندی میرا شیوہ ہے قیامت کیا ہے
سج کو سج کہنے میں سوچو کہ قیامت کیا ہے
(مرسلہ: شاہان وسیم سکھر)

ستمبر 2012ء کے اشعار کے لیے منتخب لفظ ”درا“ ہے۔
قارئین اس لفظ پر مشتمل منتخب معیاری اشعار اس مالاکی
آخری تاریخ تک ارسال کر دیں۔

روحانی رائٹرز کلب



نوجوان کسی بھی قوم کا سرمایہ ہوتے ہیں۔
ہمارے ملک میں باصلاحیت نوجوانوں کی کمی نہیں
ہے۔ ”روحانی یک رائٹرز کلب“ کے زیر اہتمام ہم نے لکھنے
والے نوجوانوں کو طبع زاد ویسپ، با مقصد، معلوماتی، سائنسی اور روحانی مضامین یا کہانیاں لکھنے کی دعوت دیتے ہیں۔
قلم اٹھائیے اور اپنے خیالات کو فرماں پر منتقل کر دیجئے۔ اپنی نگارشات کے ساتھ روحانی یک رائٹرز کلب کا ٹوکن بڑ
کر کے اپنے تعلیمی ادارے کے شاخ کی کارڈ کی فوٹو کافی اور ایک عدد حالیہ پاسپورٹ سائز تصویر ارسال کریں۔ آپ کی
نگارشات ہمارے معیار پر پوری اتریں تو ہم روحانی ڈائجسٹ کے اوراق کی زینت بنائیں گے۔ مضامین
قابل اشاعت ہوں یا ناقابل اشاعت دونوں صورتوں میں مسودہ واپس نہیں کیا جائے گا۔

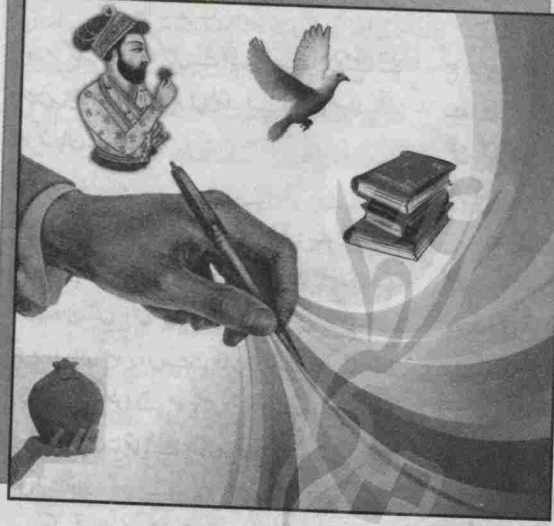
محنت اور جدوجہد

(شمن العارنین کراچی)

آج جب میں نے احسان سے اُس کی پریشانی کا سبب
پوچھا تو وہ گویا بھٹ ہی بڑا
”کیا پوری زندگی تعلیم اسی لیے حاصل کی تھی، کیا
اسی ذلت کے لیے ڈگریوں کے حصول میں اپنا وقت
ضائع کیا تھا...؟“
میں نے دیکھا کہ وہ دہائیوں کی انتہائی سطح پر پہنچا ہے،
اگر اسے ہمت نہ دلائی گئی تو وہ تباہی کے اس دلدل میں
ڈوبتا ہی چلا جائے گا۔ میں نے اس کے کندھے پر ہاتھ رکھ
کر اس سے کہا:
”میاں ابا بات نے تمہیں اتنا پریشان کر رکھا ہے، میں
سمجھا خدا انخواستہ کوئی ناخوشگوار واقعہ رونما ہوا ہے۔“

میری بات سن کر وہ مزید چڑھا:
”یہ ناخوشگوار واقعہ نہیں تو اور کیا ہے! پورے
ایک سال کا عرصہ بیت گیا اور میں یوں ہی جوتیاں چکھتا
پھر رہا ہوں۔ درجنوں جگہ درخواست دی مگر کہیں
ڈھنگ کا کام نہ ملا۔“
میں نے اسے ٹھنڈی ہوتی چائے کی طرف متوجہ
کرتے ہوئے کہا:

”محسن بھائی! اس میں آپ کی غلطی نہیں، اور نہ ہی
یہ آپ اکیلے کا مسئلہ ہے۔ آپ ارد گرد نظریں دوڑائیں،
آپ کو اپنے جیسے ہزاروں لکھیں گے۔ ہمارا اصل مسئلہ یہ
ہے کہ ہم تاریخ سے لکھنے کی کوشش نہیں کرتے، ہم
اپنے بڑوں کے حیرات سے فائدہ اٹھانے کی زحمت کو ادا
نہیں کرتے۔ آپ کسی بھی فیلڈ میں ماہر کی تاریخ کے
اور اوراق پلٹیں، اس کی مہارت اور کامیابی کے پیچھے انتھک
محنت، تکلیف اور جہد مسلسل کے واقعات بکھرے ہوں



کبوتر

کبوتر بڑے کام کا جانور ہے۔ یہ آبادیوں میں، جنگلوں میں، مولوی اعلیٰ میرٹھی کی کتاب میں، غرض یہ کہ ہر جگہ پایا جاتا ہے۔ کبوتر کی دو بڑی قسمیں ہیں۔ نیلے کبوتر، سفید کبوتر... نیلے کبوتر کی بڑی پہچان یہ ہے کہ وہ نیلے رنگ کا ہوتا ہے سفید کبوتر بالعموم سفید ہی ہوتا ہے۔ کبوتروں نے تاریخ میں بڑے بڑے کارنامے انجام دیئے ہیں۔ شہزادہ سلیم نے مسماہ مہر النساء کو جبکہ وہ ابھی بے بی نور جہاں تھیں۔ کبوتر ہی تو پکڑا یا تھا جو اس نے اڑا دیا اور پھر ہندوستان کی ملکہ بن گئی۔

جستہ جستہ

صاحب کے وزیر بننے کی خبر اخباروں میں آ گئی۔ کبوتر کے ہاتھ یہ پیغام بھیجا جاتا تو یہ

صورتحال پیش نہ آتی۔

پیا سا کوا

ایک پیاسے کوے کو ایک جگہ پانی کا منکا پڑا نظر آیا۔ بہت خوش ہوا لیکن یہ دیکھ کر مایوسی ہوئی کہ پانی بہت نیچے فقط مٹکے کی تہہ میں تھوڑا سا ہے۔ سوال یہ تھا

یہ فیصلہ کرنا مشکل ہے کہ اس سارے قصبے میں سے زیادہ فائدے میں کون رہا۔۔۔؟ شہزادہ سلیم۔۔۔؟ نور جہاں۔۔۔؟ یا وہ کبوتر۔۔۔؟

رعایا کا فائدہ ان دنوں کبھی معرض بحث میں نہ آتا تھا۔ پرانے زمانے کے لوگ عاشقانہ خط و کتابت کے لئے کبوتر ہی استعمال کرتے تھے۔ اس میں بڑی مصلحتیں تھیں۔ بعد میں آدمیوں کو قاصد بنا کر بھیجنے کا

روانہ ہوا تو بعض اوقات یہ نتیجہ نکلا کہ مکتوب الیہ یعنی محبوب قاصد ہی سے شادی کر کے بقیہ عمر ہنسی خوشی بسر کر دیتا تھا۔ چند سال ہوئے ہمارے ملک کی حزب مخالف نے ایک صاحب کو الٹی میٹم دے کر وائس ملک کے پاس بھیجا تھا۔ الٹی میٹم تو راستے میں کہیں رہ گیا۔ دوسرے روز ان

کر سکتی ہیں۔ حالات جیسے بھی ہوں انسان سب کو شکست دے کر اپنی منزل کی طرف سفر جاری رکھتا ہے۔ اگر کسی موڑ پر اس کی محنت اور محنت کا شیرازہ بکھر بھی جائے تب بھی وہ ناامیدی کے اندھیرے کو جھید مسلسل اور بلند ہوتی سے روشن کر دیتا ہے۔ کہتے ہیں ناکامی کا میانی کا پہلا زینہ ہوتی ہے۔

تاریخ انسانی میں جتنی عظیم ہمتیاں گزریں اور جتنے سنہرے ادوار کے لطف و کرم کے ثمرات سے انسان مستفید ہوئے ان سب کے پس پشت ناکامی کے بعد جہد مسلسل اور بلند ہمتی ہی کارفرما تھی۔ محنت اور جہد مسلسل سے جو کارنامے سرانجام دیے گئے ان کی نظیر رہتی دنیا تک ملنا ناممکن ہے۔

یہ مسئلہ حقیقت ہے کہ دنیا میں کوئی چیز ایسی نہیں جو ناممکن ہو۔ محنت اور جہد و جدوجہد سے ہر ناممکن کو ممکن بنایا جاسکتا ہے۔ محنت ہی مرد و مومن کا وہ ہتھیار ہے جس کے ذریعہ بلندی کی اونچ ٹری پانک پہنچا جاسکتا ہے۔ کسی شاعر نے کیا خوب کہا تھا۔

محنت کر و عزیز و محنت سے کام ہوگا کہتے ہیں بخت جس کو وہ اگر غلام ہوگا دنیا میں جتنے بھی ممالک اور اقوام ترقی یافتہ ہیں ان کی ترقی کار از اسی محنت اور جہد مسلسل میں مضمر ہے۔ سہل پسندی، تن آسانی اور آرام طلبی سے بھلا کیسے ترقی کی جاسکتی ہے۔۔۔؟

بد قسمتی سے آج ہم مغرب کی جہاں اور کئی ناپسندیدہ باتوں میں مشابہت اور تقلید اختیار کرنے کو اپنے لیے باعث فخر سمجھتے ہیں وہاں ان کی ان عمدہ صفات کو اپنانے کی کوشش نہیں کرتے جن کی بدولت آج وہ ترقی اور خوشحالی کے بلند مقام پر فائز ہیں۔

گے۔ امریکا کے صدر ابراہام لنکن کے نام سے کون واقف نہیں! برطانیہ نے اس کی شخصیت سے متاثر ہو کر اسے خراج عقیدت پیش کرنے کے لیے ویسٹ منسٹر ایبے میں اس کا مجسمہ نصب کیا گیا۔ لیکن آپ اس کی ابتدائی زندگی پر نظر ڈالے تو یہ ناکامیوں سے اُٹی دکھائی دے گی۔ وہ اختیارات میں کھرا ہوا تو شکست فاش سے دوچار ہوا، تجارت کرنا چاہی تو بری طرح ناکام ہوا، ایک حسینہ سے محبت ہوئی جس کا جلد انتقال ہو گیا، جس عورت سے شادی کی وہ عمر بھر اسے ستاتی رہی، سرکاری ملازمت حاصل کرنے کی کوشش کی مایوسی کے سوا کچھ ہاتھ نہ آیا، کانگریس کی طرف گیا شکست خوردہ ہونا پڑا، سینیٹر بننے کی کوشش کی رائیگاں گئی۔ مگر ان تمام ناکامیوں کے باوجود وہ ہمت نہ ہارا، اس نے مایوسی کو اپنے قریب نہ آنے دیا اور بالآخر امریکا کا صدر بن کر ہی دم لیا۔

آج اس کا نام صرف امریکا نہیں عالمی تاریخ میں ثبت ہو چکا ہے۔

میری باتوں کا احسان نے دل پر گہرا اثر لیا اور وہ مایوسی کی کیفیت کو شکست دینے میں کامیاب ہو گیا۔ کامیابی ایک ایسی عظیم نعمت ہے جس کی تمنا ہر کسی کے دل میں زندگی بھر زندہ رہتی ہے۔ مسلمان ہو یا کافر، امیر ہو یا غریب، سیاستدان ہو یا تاجر ہر کوئی اس کے حصول کے لیے سرگرداں ہے۔

کامیابی ہی وہ منزل ہے جس کے لیے انسان مشکل سے مشکل کام کرنے پر آمادہ ہو جاتا ہے۔ اس کی خاطر مصائب اور تکالیف ہنس کر جھیل لیتا ہے۔ کامیابی کی اس منزل میں نہ موسم کی بے اعتنائیاں آڑے آتی ہیں نہ سردی گرمی کی سختیاں، نہ تیز ہوائیں رکاوٹ بنتی ہیں نہ برستے پادل۔ نہ زمانے کے بدلنے رنگ حائل ہوتے ہیں اور نہ ہی موقع بہ موقع نظر آنی رنگینیاں اپنی جانب متوجہ

اور مر گیا۔ اگر وہ کو اکہیں سے ایک ٹکلی لے آتا تو منکے کے منہ پر بیٹھا بیٹھا پانی کو چوس لیتا۔ اپنے دل کی مراد پاتا۔ ہر گز جان سے نہ جاتا۔

اکبر

آپ نے حضرت ملا دیوانہ اور بیر بل کے ملفوظات میں اس بادشاہ کا حال پڑھا ہو گا۔ راجپوت مصوری کے شاہکاروں میں اس کی تصویر بھی دیکھی ہوگی، ان تحریروں اور تصویروں سے یہ گمان ہوتا ہے کہ بادشاہ سارا وقت داڑھی گھٹوانے، موچھیں تراشوانے، اکڑوں بیٹھا پھول سوگھٹا رہتا تھا یا لطیفے سناتا رہتا تھا، یہ بات نہیں اور کام بھی کرتا تھا۔

اکبر قسمت کا دھنی تھا، چھوٹا سا تھا کہ باب بادشاہ ستارے دیکھنے کے شوق میں کوٹھے سے گر کر جاں بحق ہو گیا، اور تاج و تخت اسے مل گیا۔ ایڈورڈ ہفتم کی طرح چونسٹھ برس ولی عہدی میں نہیں گزارنے پڑے، ویسے اس زمانے میں اتنی لمبی ولی عہدی کا رواج بھی نہ تھا، ولی عہد لوگ جو جی باب کی عمر کو معقول حد سے تجاوز کرتا دیکھتے تھے اسے قتل کر کے، یا زیادہ رحم دل ہوتے تو قید کر کے، تخت حکومت پر جلوہ افروز ہو جایا کرتے تھے، تاکہ زیادہ سے زیادہ دن رعایا کی خدمت کا حق ادا کر سکیں۔

بابر

بابر شاہ سمرقند سے ہندوستان آیا تھا، تاکہ یہاں خاندان مغلیہ کی بنیاد ڈال سکے۔ یہ کام تو وہ محسن و خونی اپنے وطن میں بھی کر سکتا تھا، البتہ پانی پت کی پہلی لڑائی میں اس کی موجودگی ضروری تھی۔ یہ نہ ہوتا تو وہ لڑائی ایک طرف نہ ہوتی۔ ایک طرف ابراہیم لودی ہوتا دوسری طرف کوئی بھی نہ ہوتا، لوگ اس لڑائی کا حال پڑھ پڑھ کر ہنسا کرتے۔ یہ بادشاہ ترک لکھتا تھا، ٹوٹے پھوٹے شعر بھی کہتا تھا، پیش گوئیاں بھی کرتا تھا، کہ عالم دوبارہ نیست اور

دو آدمیوں کو بغل میں داب کر دوڑ بھی لگایا کرتا تھا۔ ظاہر ہے اتنی مصروفیتوں میں امور مملکت کے لئے کتنا وقت نکل سکتا تھا۔

تاریخ

شاہ جہاں جہانگیر کا بیٹا اور اکبر کا پوتا تھا کسی عمارتی عسکدار کا نور نظر نہ تھا، نہ کسی کی ڈبلو ڈی والے کا مورث اعلیٰ تھا جیسا کہ لوگ اسے اتنی ساری عمارتیں بنانے کی وجہ سے سمجھ لیتے ہیں۔

تاج محل اس کی بنائی ہوئی عمارتوں میں سب سے پہلے زیادہ مشہور ہے اس کی تعمیر میں کبھی اتنے ہی برس لگے جتنے قائد اعظم محمد علی جناح کے مقبرے کو لگے تھے۔ اگر کوئی فرق ان دونوں مقبروں کی خوبصورتی اور تعمیر میں ہے تو اس کی وجہ ظاہر ہے شاہ جہاں کے زمانے تک تعمیر اور نقشہ سازی میں اتنی ترقیاں نہ ہوئی تھی، بہتر وغیرہ ڈھونڈنے سے پکڑنے وغیرہ کے طریقے بھی پرانے اور در طلب تھے، مشین گاڑیاں اور بجلی کی سرچ البرق دار مشینیں بھی ایجاد نہ ہوئی تھیں۔

ایک بات یہ بھی ہے کہ قائد اعظم کروڑوں آدمیوں کے محبوب تھے جبکہ ممتاز محل صرف ایک شخص کی محبوبہ.... بایں ہمہ اس زمانے کے اعتبار سے ہم تاج محل کو بہت اچھی عمارت کہہ سکتے ہیں۔

شاہ جہاں بہت دور کی نظر رکھتا تھا تاج محل نہ ہوتا تو آج بھارت کی کورسٹ اینڈ سٹری کی اتنی ترقی نہ ہوتی، اتنا زرمبادلہ نہ حاصل ہوتا، اس کے دیگر نتائج بھی دور رس ہیں۔ تاج محل نہ ہوتا تو تاج محل بنی رہی نہ ہوتی تاج محل چیل بھی نہ ہوتی، تاج محل مکھن نہ ہوتا جو صحت بخش اجزاء کا مرکب ہے اور جسے تیاری کے دوران میں ہاتھوں سے نہیں چھوا جاتا، حتیٰ کہ کپڑے ڈھونڈنے کی خاطر تاج محل صابن بھی نہ ہوتا۔ یہ بھی سوچنا چاہیے کہ تاج محل نہ

ہوتا تو لوگ سلیمنڈروں پر تصویریں کس چیز کی چھاپتے۔ شاہ جہاں نے کئی مسجدیں بھی بنائیں مگر مسجد اور دلی کی جامع مسجد وغیرہ لال قلعہ بھی بنایا۔ بہادر شاہ ظفر اسی میں مشاعرہ وغیرہ کرایا کرتے تھے۔ تخت طاؤس بھی شاہ جہاں ہی نے بنایا تھا اس میں اپنی طرف سے میرے جوہر وغیرہ جڑے تھے، لیکن اس کے جالیشیوں کو پسند نہیں آیا۔ محمد شاہ نے اسے اٹھا کر نادر شاہ کو دے دیا وہ ایران لے گیا اور اس کا کھوپڑا اکھالیا۔

شاہ جہاں کا زمانہ امن کا زمانہ تھا۔ پھر بھی اس نے چند نوجوان کرہی ڈالیں تاریخوں والے لکھتے ہیں کہ اس زمانے میں پوری چکاری بھی نہیں ہوتی تھی۔ رشوت خوری بھی نہ تھی خدا جانے اس زمانے کے اہلکار کیا کھاتے ہوں گے۔ جہانگیر کا مقبرہ بھی شاہ جہاں نے بنایا تھا یہ قیاس کرنا غلط ہے کہ شیر افگن نے بنوایا ہو گا۔

کفایت شعاری

سب سے زوریں اصول یہ ہے کہ جو کام کل ہو سکتا ہے، اسے آج پر نہ ڈالو۔ اور جو چیز کہیں اور مل سکتی ہے اسے سامنے کی دکان سے نہ خریدو۔ پاکستان میں صنعتیں برابر ترقی کر رہی ہیں۔ ہر سال منت مئے اور بہتر ایزائن کے کپڑے بازار میں آتے ہیں۔ اگر ہم بالفرض گزشتہ سال سوٹ سلوا لیتے تو آج افسوس ہوتا۔ آج سلوا بلیں تو اگلے برس افسوس ہو گا۔ انسان ایسا کام ہی کیوں کرے جس میں بعد ازاں افسوس کا اندیشہ ہو۔

1961ء میں کنٹرول ریٹ پر ایک کارمل رہی تھی۔ پھر وہ نہ ملی کیونکہ دکاندار ہمارے اصول سے واقف نہ تھا، اس نے بیچنے میں جلدی کی۔ اگر کہیں اس وقت ہم یہ کار خرید لیتے تو اس وقت چار سال پرانی ہوتی۔ کوئی آدھے دماؤں بھی نہ پوچھتا۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ کفایت شعاری اور مجر

رسی اللہ کی دین ہے۔ تاہم ایسی مثالیں بھی ہیں کہ انسان کو شش سے یہ ملکہ حاصل کر لیتا ہے۔ ان میں سب سے روشن مثال خود ہماری ہے۔ ابھی چند سال پہلے تو ہم کبھی کبھار کوئی چیز خرید بیٹھتے تھے اور ظاہر ہے کہ آخر میں بچھتا رہتے تھے۔ آخر ایک روز اپنے دوست ممتاز مفتی سے جو ہمارے ساتھ کام کرتے تھے۔ ہم نے گزارش کی کہ ہمارے ساتھ ایک ٹکی کیجیے۔

بولے ”کہو کیا بات ہے۔ کچھ قرض چاہیے؟“ ہم نے کہا ”جی نہیں۔ وہ تو روز چاہیے ہوتا ہے۔ آج یہ کہنا ہے کہ ہم بازار میں خریداری کو نکلیں تو ہمارے ہم رکاب رہا کیجیے۔ آپ کا کام فقط ہمیں مفید مشورے دینا ہو گا۔ جہاں آپ دیکھیں کہ ہم کوئی چیز خریدنے پر تے ہو ہیں۔ آہستہ سے اتنا فرما دیا کیجیے کہ اگلی دکان پر چار آنے سستی ہے۔

بولے ٹھیک ہے۔ اب ہوا یہ کہ ہم نے ایک جگہ دو روپے موزوں کے ملے کیے۔ (دکاندار تین روپے مانگ رہا تھا) اور بیوہ نکال کر ادائیگی کرنے کو تھے کہ مفتی جی نے کہا۔ ”یہاں سے مت لوجی افریئر روڈ کے فٹ پاتھر پر یہی چیز بیڑھ روپے کی ہے۔“

پول ہمارے وہ دو روپے بھی بچے اور وہ بیڑھ روپیہ بھی، کیوں کہ اس روز فٹ پاتھر پر تلاش بسیار کے باوجود دکان دار ہمیں نہ مل سکا۔ مل جاتا تو مفتی صاحب فرماتے کہ ”ذرا بندر روڈ پر چلو تو یہ موزہ ایک روپے میں دلاؤں۔“

چند روز میں ہم یہ بھول گئے کہ یہ ترکیب مفتی صاحب کو خود ہم نے سمجھائی ہے۔ قارئین کرام بھی یہ نسخہ استعمال کر کے دیکھیں۔ فائدہ ہو تو اس فقیر کو دعائے خیر سے یاد فرمائیں۔

خواجہ شمس الدین عظیمی ایک نام ہے

جس کو سن کر ذہن میں ماورائی دنیا کا نقشہ اُبھر نے لگتا ہے، فہم میں گہرائی پیدا ہوتی ہے۔ دل اللہ اور اللہ کی مخلوق کی محبت سے بھر جاتا ہے۔ ان کے قلم سے لکھی ہوئی ہر کتاب کو عوام نے پسند اور قبول کیا ہے۔ عظیمی صاحب کی مندرجہ ذیل کتابیں پڑھئے اور سکون حاصل کیجئے۔

آواز
دوست

آواز دوست اللہ کے دوست کے
باطن پر وارد ہونے والے خیال سے اُٹھنے
والی لہریں۔ فکر افزاء طرز نگارش۔

روحانی
نماز

روحانی نماز نماز کا سائنسی مفہوم
رکوع، سجود، قعدہ، قیام اور نیت باندھنے
میں پوشیدہ حکمتوں کا انکشاف۔

ٹیلی
سیٹھی

ٹیلی پیٹھی کیجئے ٹیلی پیٹھی کے
ذریعے اپنے ماورائی دماغ Computer
سے کام لینا کیجئے۔

تجلیات

تجلیات روحانی طرز فکر اور
صاحب قرآن کی رہنمائی میں استدلال سے
زندگی کے ہر شعبہ کی آبیاری۔

کشمول

کشمول بزرگوں، نوجوانوں، طلباء و
طالبات اور ماورائی دنیا میں سفر کرنے والے
خواتین و حضرات کے لئے ایک دستاویز

قلندر
شعور

قلندر شعور قلندر شعور نیکانوی
روحانی سائنس کے طالب علموں کو شعوری دنیا
کے اُس پار ماورائی عالم میں داخل کر دیتی ہے۔

عظیمی صاحب کے تربیت یافتہ شاگردوں کی تحریر کردہ کتابیں

پابلیج
التین

سربابا پابلیج الدین ناگپوری شیشاؤ
ہفت اقلیم حضرت بابا تاج الدین ناگپوری کے
کشف و کرامات۔ ان کی سائنسی توجہ اور فیض
پائندان حضرات کے حالات زندگی

مستانی

مستانی غیب و شہود کی ممتاز خاتون
مستانی ایک سچی کہانی، خیر و شر کے
تجربات اور روحانی کیفیات کی دستاویز۔

محمد مونس خان

مُعَلِّم

مُعَلِّم والدین، اساتذہ اور طلباء و
طالبات کے لئے نماز کے موضوع پر ایک
معلوماتی کتاب۔ روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹر
وقار یوسف عظیمی کے قلم سے

حق
الیقین

حق الیقین روحانی ڈائجسٹ میں
”حق الیقین“ کے زیر عنوان
وقار یوسف عظیمی کے مضامین کا ایک
مجموعہ کتابی صورت میں

وقار یوسف عظیمی

وقار یوسف عظیمی

یہ کتابیں ہر بڑے بک اسٹال پر دستیاب ہیں۔ براہ راست منگوانے کے لئے اس پتہ پر رابطہ کیجئے :

کتبہ روحانی ڈائجسٹ 1-D، 1/7 ناظم آباد۔ کراچی 74600۔ فون نمبر: 021-36688931، 021-36685469

معلومات عالم

ذیل معلومات میں سے درست جوابات
تپ کر کے خالی جگہ اور کوین پُر کریں اور پورا
صفحہ ڈائجسٹ سے نکال کر اس ماہ کی آخری
پرچہ تک ارسال کریں۔ اگر آپ کے
جوابات درست ہوں تو آپ کو معروف

روحانی اسکالر خواجہ شمس الدین عظیمی کی ایک کتاب اُن کے آؤ گراف کے ساتھ بطور انعام دی
جائے گی۔ ایک سے زائد درست حل موصول ہونے پر فیصلہ قرعہ اندازی کے ذریعے کیا جائے گا۔

معلومات عالم۔ روحانی ڈائجسٹ،
1-D، 1/7 ناظم آباد۔ کراچی 74600

- 1- سورۃ البینہ قرآن پاک کے _____ سپارے میں ہے۔
(چوتھے تیسویں اٹھائیسویں)
- 2- ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ کی صاحبزادی تھیں۔
(حضرت عثمان غنیؓ حضرت عمر فاروقؓ حضرت ابو بکر صدیقؓ)
- 3- مسلمانوں نے پہلی مرتبہ غزوہ _____ کے موقع پر خندق تیار کی۔
(بدر خندق احد)
- 4- پاکستان کے قومی ترانے اور ”شاہنامہ اسلام“ کے شاعر _____ ہیں۔
(علامہ اقبال الطاف حسین حالی حفیظ جالندھری)
- 5- ابن بطوطہ مشہور _____ کا نام ہے۔
(سائنسدان سیاح مورخ)
- 6- ابو ظہبی کی ریاست ہے۔
(متحدہ عرب امارات ریاستہائے متحدہ امریکہ سعودی عرب)
- 7- سی پی یو CPU کا تعلق _____ سے ہے۔
(فزکس کمپیوٹر کیمسٹری)
- 8- پانڈا کا تعلق _____ کے خاندان سے ہے۔
(شیر ہاتھی رینگھ)

مترجمہ: محمد فیصل عباسی

بچوں کا روحانی ڈائجسٹ

”روشن راہیں“

ایک کسان اپنے کھیت میں تل چلا رہا تھا۔ اتنے میں پرندوں کا بادشاہ وہاں سے پرواز کرتے ہوئے گزرا۔ کسان کو کھیت میں محنت کرتے دیکھا تو کھیت میں اتر آیا اور کہنے لگا۔۔۔۔۔

”میں سو پرندے بھیج دوں گا، وہ تمہارا تھکاؤ ختم ہو جائے گا۔“

اگلے روز کسان نے دیکھا کہ پرندوں کی فوج اس کے کھیت میں جمع ہے، ان پرندوں نے خوب کام کیا اور آں کی آن میں سارا کھیت کھود ڈالا۔ اس سے اگلے دن کسان کھیت میں گیسوں بوئے گیا۔ اس مرتبہ پرندوں کے بادشاہ نے اس کی مدد کے لیے تین سو پرندے بھیج دیے۔ یوں کسان کا کام چند گھنٹوں میں ختم ہو گیا۔ جب فصل پک کر تیار ہو گئی تو کسان اسے کاٹنے گیا۔

”اب آپ کیا کر رہے ہیں۔۔۔۔۔؟“ پرندوں کے بادشاہ نے کسان کو کھیت میں کام کرتے دیکھا تو سوال کیا۔

”میں فصل کاٹ رہا ہوں۔۔۔۔۔!“ کسان نے کہا۔

”لایئے میں آپ کی مدد کروں۔۔۔۔۔!“ یہ کہہ کر پرندوں کے بادشاہ نے ہزاروں پرندے بھیج دیے۔ پرندوں نے منٹوں میں سارا کھیت کاٹ کر رکھ دیا اور پھر خوشوں میں سے سارے دانے نکال کر کھا گئے۔ کسان نے اپنا سر پیٹ لیا۔ کسی بزرگ نے سچ ہی کہا ہے کہ: ”کسی کو کام پر لگانے سے پہلے اس کی اجرت طے کر لو۔۔۔۔۔“

مغل کا آلہ

کسی جنگل میں ایک درخت پر دو بدمذہب رہتے تھے۔ ان میں سے ایک بہت بوڑھا تھا اور دوسرا بالکل کم عمر اور نادان۔

بوڑھا بدمذہب ہر وقت آنکھوں پر عینک لگائے ایک شاخ پر چپ چاپ بیٹھا رہتا، جیسے کچھ سوچ رہا ہو۔ دن کے وقت اس کے پاس کئی جانور اور پرندے آتے اور جنگل کا سب سے عقل مند پرندہ سمجھ کر اس سے صلاح مشورہ کرتے۔

نشاہد بڑی حیرت سے یہ سارا تماشا دیکھتا۔ اس کا جی چاہتا کہ پرندے اور جانور اس کے پاس بھی آئیں اور اسے بھی اپنے اپنے مسائل بتائیں۔ مثلاً ننھے میاں بتاؤ! بارش کب ہوگی؟... لیکن کوئی بھی اس کے پاس ایسی باتیں پوچھنے نہ آتا۔ دوسری طرف بوڑھے بدمذہب کے پاس ہر وقت جانوروں کا تانہ بندھا رہتا۔ ایک روز دو گھبراہٹیں لپٹا جھگڑا لے کر آئیں۔ ایک کہنے لگی:

”جناب مجھے درخت کے نیچے ایک مل سے اخروٹوں کا ڈھیر ملا ہے۔“

دوسری نے کہا: ”سرکار، یہ جھوٹ بولتی ہے۔ وہ اخروٹ مجھے ملے تھے، قبضہ اس نے ہمالیا۔“

بوڑھے بدمذہب نے اپنی عینک کے شیشوں سے جھانکتے ہوئے کہا:

”بے وقوف گھبرو! لڑائی جھگڑا اچھی بات نہیں۔ اس وقت

ایک ایک اخروٹ لے کر کھاؤ،

باقی اسی جگہ حفاظت سے رکھ

چھوڑو۔ سردیوں میں جب

خوب برف باری ہوگی اور

تمہیں میلوں تک کوئی چیز

کھانے کو نہ ملے گی، تب یہی اخروٹ

تمہارے کام آئیں گے لیکن تب بھی برابر برابر بانٹ کر کھانا۔“

گھبراہٹ کو یہ مشورہ پسند آیا اور وہ مطمئن ہو کر چلی گئیں۔ نشاہد یہ فیصلہ سن کر بہت خوش ہوا اور سوچنے لگا: اگر کوئی جانور میرے پاس بھی اس قسم کا مقدمہ لے کر آیا تو میں بھی ایسا ہی فیصلہ کروں گا۔

اتنے میں ننھی چڑیوں کا ایک غول اپنے اپنے مسائل بتائیں۔ مثلاً ننھے میاں بتاؤ! بارش کب ہوگی؟... لیکن کوئی بھی اس کے پاس ایسی باتیں پوچھنے نہ آتا۔ دوسری طرف بوڑھے بدمذہب کے پاس آیا۔ ان میں سے

ایک نے کہا: ”میں ایک جگہ دانا پڑا نظر آیا ہے، مگر شبہ ہے کہ وہاں شکاری کا جال بھی ہے۔“

بدمذہب نے کہا: ”جہاں بھی شبہ محسوس کرو اس سے بچو۔ دل کو کھکاؤں ہی نہیں ہوا کرتا۔“

نشاہد قریب ہی ایک شاخ پر بیٹھا سارا دن عقل مند بدمذہب کے پاس آنے والے جانوروں کو دیکھتا۔ وہ حیران بھی ہوتا اور افسوس بھی کرتا کہ

کوئی اس کے پاس کیوں نہیں آتا...؟

ایک دن اسے خیال آیا کہ بوڑھے بدمذہب کے پاس جو عینک

ہے، شاید اسی میں کوئی خاص بات ہے۔ اس کے دل نے

کہا: دراصل یہی عینک اسے عقل مندوں والی باتیں سکھاتی ہے۔ یہ سوچ کر اس نے فیصلہ کیا کہ وہ

بوڑھے بدمذہب کی عینک چرائے۔

ایک روز دوپہر کے وقت جب بوڑھا بدمذہب آنکھیں بند کیے بیٹھا تھا، ننھے بدمذہب نے موقع غنیمت جانا اور چپکے سے اس کی عینک اتار لی۔ اس کے بعد وہ واپس اپنی جگہ پر چلا آیا اور بوڑھے بدمذہب کی طرح ناک پر عینک لگا کر ”عقل مند“ بن بیٹھا۔ پھر وہ جانوروں کا انتظار کرنے لگا کہ وہ اس کے پاس آئیں اور کام کی باتیں پوچھیں۔

زیادہ دیر نہیں گزری تھی کہ ایک چکوری آکر اس کے پاس بیٹھ گئی اور پوچھنے لگی: ”بدمذہب میاں، آج رات آسمان پر پورا چاند نکلے گا یا نہیں؟...؟“

ننھے بدمذہب نے نقل کرتے ہوئے عینک کے شیشوں کے اوپر سے چکوری کو دیکھا اور اس کے بعد کچھ دیر ذہن پر زور ڈالا، مگر کوئی بات اس کی سمجھ میں نہ آئی۔ کبھی خیال آتا کہ کہہ دے ہاں نکلے گا۔ پھر سوچتا اگر پورا چاند نہ نکلا تو بڑی شرمندگی ہوگی۔ اس لیے اس نے سوچا گول مول بات ہی کرنی چاہیے۔ یہی سوچ کر کہنے لگا:

”ہو سکتا ہے آج پورا چاند نکل آئے اور یہ بھی ممکن ہے کہ پورا چاند نہ نکلے۔“ چکوری یہ دلچسپ جواب سن کر زور سے ہنسی اور اڑ گئی۔

جو بھی آیا یہ نشاہد بدمذہب ان کو مطمئن جواب نہ دے سکا۔ ہر مرتبہ سوچتا ہی رہ گیا۔ نہ عینک نے اسے کوئی جواب بھنایا، نہ خود اس کے ذہن میں کوئی بات آئی۔ آخر اس نے صاف صاف کہہ دیا کہ مجھے تو ان باتوں کا کچھ پتہ نہیں۔ سب اس کی جھوٹ موٹ کی عقل مندی کا مذاق اڑاتے ہوئے چلے گئے۔

ننھے بدمذہب پر اب یہ بات کھل گئی تھی کہ عینک میں ایسی کوئی بات نہیں جو یہ کسی کو عقل مند بنا سکے۔ اس نے فیصلہ کیا کہ وہ اس کو ابھی واپس دے آئے گا۔

بوڑھا بدمذہب ابھی تک آنکھیں بند کیے اپنی جگہ بیٹھا تھا۔ نشاہد بدمذہب اڑ کر اس کے پاس پہنچا اور آہستہ سے عینک اس کی ناک پر رکھ دی۔ بوڑھے نے ایک آنکھ تھوڑی سی کھول رکھی تھی اور اسے دیکھ رہا تھا۔

”دادا، تم جاگ رہے ہو...؟“ ننھے بدمذہب نے شرمندہ ہو کر پوچھا۔

”ہاں، میں نے تمہاری ساری حرکتیں دیکھ لی ہیں۔“ بوڑھے بدمذہب نے سنجیدگی سے کہا۔

”جتنی عمر تم ہوگی، اتنا تجربہ بھی کم ہو گا اور عقل بھی اتنی ہی تھوڑی ہوگی۔“

درخت پر بڑھوں کی طرح سارا سارا دن اور ساری ساری رات بیٹھے رہنے کے بجائے یہ وقت تمہیں جنگل میں گھوم پھر کر گزارنا چاہیے۔ اس طرح تمہارے تجربے اور سمجھ بوجھ میں اضافہ ہو گا۔ پھر جب تم میری عمر کو بھر کا تجربہ تمہیں میری طرح پہنچو گے تو عمر عقل مند بنادے گا۔

بوڑھے بدمذہب کی یہ بات ننھے بدمذہب کی سمجھ میں آگئی تھی۔ اب وہ کچھ وقت بوڑھے بدمذہب سے عقل مندی کی باتیں سنتا، پھر جنگل کی سیر کو نکل جاتا۔ وہ جہاں کہیں بھی جاتا، اپنا دماغ اور اپنی آنکھیں کھلی رکھتا اور ہر چیز کو بڑے غور سے دیکھتا اور یاد رکھتا۔

اس طرح عمر کے ساتھ ساتھ اس کے علم میں اضافہ ہوتا گیا۔

اب اگر کبھی کوئی اس سے مشورہ لیتا ہے تو اس کا دماغ پہلے کی طرح کورا نہیں بلکہ اس کی باتیں بالکل صحیح ثابت ہوتی ہیں۔

ایک روز دوپہر کے وقت جب بوڑھا بدمذہب آنکھیں بند کیے بیٹھا تھا، ننھے بدمذہب نے موقع غنیمت جانا اور چپکے سے اس کی عینک اتار لی۔ اس کے بعد وہ واپس اپنی جگہ پر چلا آیا اور بوڑھے بدمذہب کی طرح ناک پر عینک لگا کر ”عقل مند“ بن بیٹھا۔ پھر وہ جانوروں کا انتظار کرنے لگا کہ وہ اس کے پاس آئیں اور کام کی باتیں پوچھیں۔

زیادہ دیر نہیں گزری تھی کہ ایک چکوری آکر اس کے پاس بیٹھ گئی اور پوچھنے لگی: ”بدمذہب میاں، آج رات آسمان پر پورا چاند نکلے گا یا نہیں؟...؟“

ننھے بدمذہب نے نقل کرتے ہوئے عینک کے شیشوں کے اوپر سے چکوری کو دیکھا اور اس کے بعد کچھ دیر ذہن پر زور ڈالا، مگر کوئی بات اس کی سمجھ میں نہ آئی۔ کبھی خیال آتا کہ کہہ دے ہاں نکلے گا۔ پھر سوچتا اگر پورا چاند نہ نکلا تو بڑی شرمندگی ہوگی۔ اس لیے اس نے سوچا گول مول بات ہی کرنی چاہیے۔ یہی سوچ کر کہنے لگا:

”ہو سکتا ہے آج پورا چاند نکل آئے اور یہ بھی ممکن ہے کہ پورا چاند نہ نکلے۔“ چکوری یہ دلچسپ جواب سن کر زور سے ہنسی اور اڑ گئی۔

جو بھی آیا یہ نشاہد بدمذہب ان کو مطمئن جواب نہ دے سکا۔ ہر مرتبہ سوچتا ہی رہ گیا۔ نہ عینک نے اسے کوئی جواب بھنایا، نہ خود اس کے ذہن میں کوئی بات آئی۔ آخر اس نے صاف صاف کہہ دیا کہ مجھے تو ان باتوں کا کچھ پتہ نہیں۔ سب اس کی جھوٹ موٹ کی عقل مندی کا مذاق اڑاتے ہوئے چلے گئے۔

ننھے بدمذہب پر اب یہ بات کھل گئی تھی کہ عینک میں ایسی کوئی بات نہیں جو یہ کسی کو عقل مند بنا سکے۔ اس نے فیصلہ کیا کہ وہ اس کو ابھی واپس دے آئے گا۔

ایک روز دوپہر کے وقت جب بوڑھا بدمذہب آنکھیں بند کیے بیٹھا تھا، ننھے بدمذہب نے موقع غنیمت جانا اور چپکے سے اس کی عینک اتار لی۔ اس کے بعد وہ واپس اپنی جگہ پر چلا آیا اور بوڑھے بدمذہب کی طرح ناک پر عینک لگا کر ”عقل مند“ بن بیٹھا۔ پھر وہ جانوروں کا انتظار کرنے لگا کہ وہ اس کے پاس آئیں اور کام کی باتیں پوچھیں۔

زیادہ دیر نہیں گزری تھی کہ ایک چکوری آکر اس کے پاس بیٹھ گئی اور پوچھنے لگی: ”بدمذہب میاں، آج رات آسمان پر پورا چاند نکلے گا یا نہیں؟...؟“

ننھے بدمذہب نے نقل کرتے ہوئے عینک کے شیشوں کے اوپر سے چکوری کو دیکھا اور اس کے بعد کچھ دیر ذہن پر زور ڈالا، مگر کوئی بات اس کی سمجھ میں نہ آئی۔ کبھی خیال آتا کہ کہہ دے ہاں نکلے گا۔ پھر سوچتا اگر پورا چاند نہ نکلا تو بڑی شرمندگی ہوگی۔ اس لیے اس نے سوچا گول مول بات ہی کرنی چاہیے۔ یہی سوچ کر کہنے لگا:

”ہو سکتا ہے آج پورا چاند نکل آئے اور یہ بھی ممکن ہے کہ پورا چاند نہ نکلے۔“ چکوری یہ دلچسپ جواب سن کر زور سے ہنسی اور اڑ گئی۔

جو بھی آیا یہ نشاہد بدمذہب ان کو مطمئن جواب نہ دے سکا۔ ہر مرتبہ سوچتا ہی رہ گیا۔ نہ عینک نے اسے کوئی جواب بھنایا، نہ خود اس کے ذہن میں کوئی بات آئی۔ آخر اس نے صاف صاف کہہ دیا کہ مجھے تو ان باتوں کا کچھ پتہ نہیں۔ سب اس کی جھوٹ موٹ کی عقل مندی کا مذاق اڑاتے ہوئے چلے گئے۔

ننھے بدمذہب پر اب یہ بات کھل گئی تھی کہ عینک میں ایسی کوئی بات نہیں جو یہ کسی کو عقل مند بنا سکے۔ اس نے فیصلہ کیا کہ وہ اس کو ابھی واپس دے آئے گا۔



شہر ارتی لڑکا

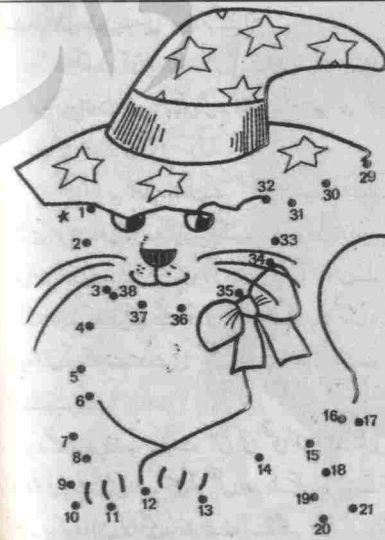
وہ پرندوں، خاص طور پر شہنائی چڑیوں

کہ بہت ننگ کرتا اور انہیں مارنے سے بھی باز نہیں آتا تھا۔ اس کی امی اسے

بہت سمجھاتیں ”بیٹا! موصوم اور بے زبان جانوروں اور پرندوں کو ننگ نہیں کرنا چاہیے، اللہ تعالیٰ ناراض ہوتا ہے۔“

لیکن مساجد ان نصیحتوں پر کوئی توجہ نہ دیتے۔ کبھی وہ کسی چیز یا
 لیتا، بے چاری چیز یا جس میں کسی کو ہرجائی، اس پر کوئی اثر نہ
 کی نالگ سمجھ لیتا، کبھی گھوسلے سے بچے کو مار
 ہوتا۔

نقطے ملائے اور رنگ بھرے



ڈاکٹر نے اسے چلنے پھرنے سے منع کر دیا اور اسے اسپتال میں داخل کر لیا۔ کافی دن اسپتال میں رہنے کے بعد ساجد گھر آیا۔ لیکن اب بھی وہ زیادہ چل پھر نہیں سکتا تھا۔ وہ اپنی شرارتوں کو یاد کر کے پشیمان ہوتا اور دل ہی دل میں توبہ کرتا۔

اب ساجد کبھی شرارت نہیں کرتا۔ جس سے کسی کو تکلیف پہنچے، اس نے چڑیوں کو تنگ کرنے سے بھی توبہ کر لی۔ اب وہ تمام پرندوں سے بہت محبت کرتا ہے، ان کا خیال رکھتا ہے اور دوسرے بچوں کو بھی پرندوں کو تنگ کرنے سے منع کرتا ہے۔

پانڈا ایسی جگہ کے قریب سے تعلق رکھتے
والا جانور ہے، جس کا آبائی وطن وسط
مشرقی و مغربی چین ہے۔ اس کی
دو قسمیں ہیں۔ پہلی قسم کے
پانڈے جسامت میں بڑے ہوتے



میں اس کے اگلے پیروں پر
ایک اضافی انگوٹھا ہوتا ہے جس کی مدد سے وہ
چیزیں بآسانی پکڑ سکتا ہے۔
بڑے پائندے کا جسم سفید اور ریچھ جیسا
ہوتا ہے۔ اس کے کانوں، کاندھوں، بازوؤں،
ناٹکوں اور آنکھوں کے گرد سیاہ بال ہوتے
ہیں۔ اس کی لمبائی پانچ فٹ اور وزن ایک سو
ساتھ کلو گرام تک ہوتا ہے۔ بانس اور
دوسرے درختوں کی پتیوں اس کی غذا ہوتی



ہیں، لیکن کبھی کبھی مچھلیاں اور چھوٹے جانور بھی کھا لیتا ہے۔ گوشت خور ہوتے ہوئے بھی پانڈا کی خوراک کا تانوسے فیصد حصہ بانس ہے۔ اس کے علاوہ پانڈا شہد، انڈے، شکر قند، نارنگی اور کیلے وغیرہ بھی کھا لیتا ہے۔ پانڈا روزانہ تقریباً نو کلو گرام غذا کھا لیتا ہے۔

دوسری قسم کا پائند اجسامت میں چھوٹا ہوتا ہے۔ اس کا رنگ سرخ ہوتا ہے۔ اس کی لمبائی دو فٹ کے قریب اور موٹی ڈم میں انچ لمبی ہوتی ہے۔ اس کا وزن تقریباً چار کلو گرام کے قریب ہوتا ہے۔ اس کی پشت بر سرخ اور



سیاہ نشان ہوتے ہیں۔ اس کے
 لہجے پر سقید دھجے ہوتے
 ہیں۔ یہ پانڈا مشرقی ایشیا کے
 پہاڑوں میں رہتا ہے اور دن کا
 زیادہ حصہ درختوں
 پر سوتے ہوئے
 گزارتا ہے۔ بانڈوں کی
 یہ نسل عموماً ایک ساتھ رہتا
 ہے۔ پسند کرتی ہے۔

انعامی مقابلوں کے نتائج

جون 2012ء کے درست جوابات

1. حضور اکرم ﷺ نے خطبہ حجۃ الوداع ”میدان عرفات“ کے مفتاح پر ارشاد فرمایا۔
2. اسلام کے پہلے مؤذن ”حضرت بلال“ تھے۔
3. حضرت امیر خسرو ”حضرت نظام الدین اولیاء“ کے روحانی شاگرد تھے۔
4. فت اعظم نے اپنی زندگی کے آخری ایام ”زیارت“ میں گزارے۔
5. ابن خلدون مشہور مسلمان ”مؤرخ“ گزرے ہیں۔
6. صوبہ خیبر پختونخواہ کا دارالحکومت ”پشاور“ ہے۔
7. نظام انہضام سے مراد ”غذا انہضام کرنے کا نظام“ ہے۔
8. انگریزی زبان میں شوگر کین (Sugar Cane) ”گنے“ کو کہا جاتا ہے۔

جون 2012ء کے شمارے میں شائع ہونے والے سوالات کے جوابات خواتین و حضرات کی بڑی تعداد نے ارسال کیے۔ قرعہ اندازی کے ذریعے جناب حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کے آؤ گراف کے ساتھ ان کی ایک کتاب حاصل کرنے والی خوش قسمت ”حنابشری ولد شوکت علی لاہور“ قرار پائی ہیں۔ اوارہ روحانی ڈائجسٹ ”حنابشری“ کو انعام حاصل کرنے پر مبارکباد پیش کرتا ہے۔

آٹھ درست جوابات بھیجے والوں کے نام:-

کراچی: انعم ناز احمد بلال - اسلم شیخ - انبندہ اطہر - سیدہ علیا مسرور - عبد القیوم - عماد علی - صابر پرویز - ضمیر حسن - طاہر علی - طلعت فروز - ظفر علی - عماد شریف - غفر علی - فواد حسین - کلیم احمد - لبنی حسین - **حیدر آباد:** بسم شہزاد - طہا یاسین - محمد عماد - محمد یعقوب شاہد - محمد کلیم اللہ - نسیم احمد - نائلہ رمیز - **اسلام آباد:** کنول مسعود - محمد فواد علی - محسن جلیل - ناصر یاسین - **لاہور:** اشرف علی - حسن سلیم - حمیرا ناز - نائلہ داؤد - **راولپنڈی:** انعم ظہیر - راجہ - ظہیر احمد - **سیالکوٹ:** خلیل حمید - قاطعہ رحیم - سجاد طارق - محمد حماد علی - **پشاور:** احمد شاہ - جمشید خان - نادیہ شہزاد - نسیم گل۔

سات درست جوابات بھیجے والوں کے نام:-

کراچی: جمال حسن - دلاور علی - رحمان خان - شاہد محمود - عذرا آصف - ناصر علی - **حیدر آباد:** احمد بلال - انور حسین - انیلہ مسعود - باسط ظہیر - ثمر مجید - جاوید حیدر - **لاہور:** حریم یاور - محمد عمیر - محسن علی - نوید اقبال - نائلہ فواد - **سیالکوٹ:** ظہور عباس - فرزاندہ تسنیم - محمد شاکر نواز - مہتمم اطہر - **راولپنڈی:** احمد بلال - عماد طیل - عامر تیمور - فیصل علی - کاشان سلیم - **جہلم:** ایوب شیخ - بخٹاور - بشری آفتاب - زرین صدیقی - سعید ضمیر - سعیدہ خالد۔



😊.... باپ (بیٹے سے): ”پانچ اور پانچ کتنے ہوتے ہیں؟“
بیٹا: ”پانچ اور پانچ دس ہوتے ہیں۔“
باپ: ”یہ لوں روپیہ۔“
بیٹا: اگر مجھے پہلے پتا ہوتا تو میں نہیں کہتا۔“
(مرسلہ: کامران فرید - حیدر آباد)

😊.... دو آدمی گاڑی میں آئے
ساتھ بیٹھے تھے۔ کچھ دیر بعد ان
میں سے ایک بولا ”معاف کیجئے،
میں بالکل بہرا ہو گیا ہوں۔ آپ
اتنی دیر سے باتیں کر رہے ہیں، مگر مجھے
ایک لفظ بھی سنائی نہیں دیا۔“
دوسرے نے کہا ”میں باتیں نہیں کر رہا
بلکہ چونچم پیار رہا ہوں۔“
(مرسلہ: قاضی حنیف - کراچی)

😊.... ایک دوست اپنے دوست کی
عیادت کو گیا۔ اس نے اس کا حال پوچھا۔
پہلا دوست: بخار ٹوٹ گیا ہے بس کمر
میں درد رہتا ہے۔
دوسرا دوست: اللہ نے چاہا تو بھی ٹوٹ
جائے گی۔
(مرسلہ: ظہیر علی سیالکوٹ)

😊.... استاد (شاگرد سے): ”جملے میں
استعمال کردہ ضمیرے منہ میں پانی بھر
آیہ۔“
شاگرد: ”جب میں نے نلکے میں منہ لگایا
تو میرے منہ میں پانی بھی آئیہ۔“
(مرسلہ: میر فرید - راولپنڈی)

😊.... ماں (بیٹے سے): ”اس دروازے
پر انگلیوں کے کندے نشان تھما رہے
ہاتھ کے ہیں...؟“
بیٹا: نہیں اتنی میں تو ہمیشہ پاؤں مار کر
دروازہ کھولتا ہوں۔
(مرسلہ: کوثر شمس - اسلام آباد)

😊.... باپ (بیٹے سے): ”میں نے تم
سے وعدہ کیا تھا کہ جب تم بی ایس سی کا
امتحان پاس کرو گے تو میں تمہیں موٹر
سائیکل خرید کر دوں گا۔ مگر اسوں تم
پر بڑے تھے۔“
(مرسلہ: سیریل - کراچی)



مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاؤن کراچی میں
جذبہ خدمتِ خلق کے
تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج
کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح

7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے
دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات
4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمہ جامع مسجد
سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت
کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ
خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا
نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں
اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میلاد کا انعقاد
کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

محفل مراقبہ



کراچی:- آئینہ۔ احمد غیر۔ انامہ۔ اسامہ خان۔ آسیہ۔
اشرف۔ آصف رحمن۔ آصف ناز۔ آفتاب عروج۔ افتخار رحیم۔ امیر فی
بی۔ انیس قاسم۔ بار۔ بول۔ بشر۔ بشری۔ بلال فقیر۔ پاشا۔ پرویز
اقبال۔ پرویز حبیب۔ تانیدہ۔ تاج۔ تاج بی بی۔ قبل حسین۔ تنزیلہ کوثر
تویر۔ ثروت۔ ثرین۔ ثمن۔ شبنم احمد۔ شبنم ناز۔ شگل۔ شہد نور۔
جان عالم۔ جان محمد۔ جاوید اقبال۔ جاوید احمد۔ جاوید محمود صدیقی۔
جعفر رضا۔ جلیل الدین مرحوم۔ جلد۔ جیلہ اختر۔ جیلہ۔ جنت
انور۔ جنید احمد۔ جہانگیر۔ چاند علی۔ حارث۔ حرہ حبیبہ۔ حکیمہ یوسفہ۔
حماد۔ حمیدہ خاتون۔ احمد۔ خرم۔ خلیبہ۔ خلق الزماں۔ خورشید بیگم۔
خوشنود۔ دانش سلیم۔ دانش وسیم۔ دانیال حسین۔ دانیال احمد۔
درخشش۔ دروین احمد۔ دلاور علی۔ دلشاد ذکیہ۔ رحمت۔ رائدہ شاہ۔
راہو۔ راجہ۔ راحت۔ راجہ احمد۔ راجہ کشش۔ راشدہ۔ راشدہ
عفت۔ رخسانہ۔ رخسانہ ندیم۔ رخشہ۔ رباب۔ ریدان۔ رشیدہ بیگم۔
رضوان۔ رضیہ مختار خان۔ رقیہ۔ رشاد رونی جنیں۔ روحانہ خان۔
روشن ظہیر۔ روحانہ زبیدہ خاتون۔ زینہ۔ زوبیدہ۔ زہرہ خاتون۔ زہرہ
خاتون۔ زیشان۔ سحر شجہ۔ سدرہ قاسمہ۔ سدرہ صدیقہ۔ ارم۔ سلطانہ۔
سلطان رفیع۔ سلمان۔ سلیٹی پروین۔ سلیم۔ سلیمان۔ سمیرا۔ سنج
اللہ۔ سونیلہ۔ سیدہ۔ سیدہ انور۔ سیدہ اکن۔ سیدہ احتشام علی۔ سیدہ
ایمہ قاسمہ۔ سیدہ خرم دانش۔ سیدہ رائیہ۔ سیدہ متیاب قاسمہ۔ سیدہ مسعود

علی۔ سید نواز علی۔ سید نواز علی۔ سیدہ بشرہ۔ سیدہ نسرین۔ سیف
الرحمن۔ سیمہ جنین۔ سیمہ سلیم۔ سیمہ سکی۔ شاہ زیب خان۔
شازیہ۔ شائستہ۔ شاہدہ شاہدہ حسن۔ شاہدہ نسرین۔ شاہدہ۔ شائینہ۔
شاہزہ شائستہ ارم۔ شائستہ اختر۔ شائستہ ہاشمی۔ شازیہ۔ شازن شجہ۔
شادق بدون۔ شازیہ فوری۔ شازیہ۔ شاہدہ۔ شاہدہ ناز حسن۔
شاہدہ نسرین۔ شائینہ اقبال۔ شائینہ بی بی۔ شانیہ پروین۔ شہاب۔ شہانہ
سلیم۔ شہینہ۔ شیر دانی۔ شرمین کول۔ شرمین منہاس۔ شرفیہ۔
شعبان علی۔ شعیبہ۔ شفقت علی شاہ۔ شفیق۔ شکیلہ الیاس۔ شکیلہ بیگم۔
شکیلہ بیگم۔ شگفتہ جنین۔ شکمہ سرور۔ شکمہ کوثر۔ شمس
الدین۔ شمس۔ شمشاد شمع۔ شمیم آرا شمیم۔ شہاب۔ شہباز
جاوید۔ شہباز۔ شہزادہ فاقہ۔ شہزادہ احمد۔ شہزادہ علی اکبر۔
شہباز اختر۔ شہباز بی بی۔ شہباز خالد مرحوم۔ شہباز شہباز۔ شہباز الطہر۔
شہباز شجہ عمران۔ صائمہ۔ صائمہ شاہدہ صابر۔ صادق مرحوم۔
صابر صباحت۔ صبران۔ صباحت وحید۔ صدف۔ صدیقی۔ صفیہ
بیگم۔ صلاح الدین نجیبہ۔ صوبیہ۔ صوفی محمد زائد۔ صیام۔ طاہر شمیم۔
طاہر۔ طاہرہ امیرین۔ طاہرہ غیب شاہدہ طلعہ۔ طاہر شجہ۔ طاہر شجہ
خان۔ ظہیر احمد۔ ظہیر بیگم۔ ظہیر بیگم۔ عاتکہ حاتمہ۔ عاتکہ خان۔ عاتکہ
وہاب۔ عاتکہ۔ عارف سعید احمد۔ عاصمہ۔ عاقل عتیقہ عالم۔ عالیہ۔
عامر۔ عامر حسین۔ عامر رضوان۔ عامر شجہ عباس۔ عبد الستار۔

روینہ احمد - سعیدہ کوثر - سہیل احمد - غیم گھیل - شاہد نواز -

اسلام آباد:- انور مقصود - انید ریاض - ام حبیبہ - ام کلثوم -

آسیہ - آغا جان - آفتاب جمال - آفتاب - آمنہ طارق - بشری ریاض
بہٹی - بشری نذیر - بشیر احمد - بشیر احمد بی بی ذکیہ - بیگم عبد الرزاق -
بیگم وحیدہ پروین اختر - تنویر احمد - ثاقب - شمرین ارشد - جاوید
اقبال - جنگ بہادر - جویریہ - حاجی صوفی محمد سکین - حاجی نذیر احمد -
حاضر بی بی - حافظ معین الدین - حر اطراق - حرا کول - حرا - حسین -
حماد علی - حمزہ ریاض بہٹی - حمید احمد - حمیرا یاسمین - خاتون بی بی -
خورشید سرور - دانش - دوست محمد - رابعہ شاہین - راج بیگم - رخسانہ بی
بی - رخشہ - رسول بی بی - رفاقت نذیر - رفعت جمیل - رمضانہ
رمیض - روینہ شاہین - زاہدہ پروین - زاہدہ یاسمین - زہیم ارشد -
- ساجدہ ارشد - ستارہ خانم - سحر بی بی - سعید احمد - سعیدہ خاتون -
سونیا - سیف الرحمن - شافع احمد - شافیہ اعظم - شاہد اقبال - شاہد
محمود - شاہدہ یاسمین - شاہین کوثر - شبیر احمد - شکیلہ - شہاب خان -

راولپنڈی:- محمد افضل - شمیم اختر - محمد عمر - محمد نثار - محمد نعیم

اختر - خورشید احمد - منیبہ - قادیہ - نواد علی - خالدہ سعید - فرحانہ -
شاہدہ مانی - پرویز - مریم رشید - نسیم - محمد صدیق قریشی - خرم اختر -
قاضی - کاشف - محمد بشارت - محمد نعیم اختر - خورشید احمد - فرزانہ
یاسمین - ثمرہ - بہرہ ز حیدر - سلمان حیدر - صفیہ حیدر - شہزادہ عبد
الرحمن - شہناز غنی - عروسہ - نازیہ بی بی - عثمان غنی - عقیلی غنی - احسان
غنی - فاران غنی - حوریہ غنی - امثال غنی - مختار ملک - کعبت ملک -
نوشین ملک - اولس - صائمہ ملک - ذیشان محمد - محمد اذکار سلطانہ -

چنیوٹ:- انور علی خان - اجالا طاہر - جنیدہ - آصف - باگی

بشیر ال - بیگم اسلم شاہد - بیگم رضوان منیر - بیگم محمد رفیق - پروفیسر
الیاس - پروفیسر فقیر - پروفیسر محمد سلیم اختر - پیر صابر شاہ - نقیب
الرحمان - چوہدری محمد اقبال - چوہدری محمد وسیم - حاجی خوشی - حاجی
شوکت علی - حاجی کاشف محمد - حاجی محمد اسلم - حاجی محمد سلیم - حاجی علی
حدیقہ رحمان - حسن رضا خالدہ - خدیجہ - ڈاکٹر ارشاد - ڈاکٹر غلام
علی - ذوالفقار علی - راجہ سر فراز - راجہ فیاض حسین - راجہ ممتاز
حسین - راحت - رانا اعجاز - رانا احسان - رانی ساجدہ - ربیعہ روحابہ -
رضوان شمیم - رضوان منیر - رضیہ سعید - روینہ طارق - زاہد قاسمی
ایڈوکیٹ - زاہد نواز - زاہد ذہیل سعید - زین - سہیلہ - سحرش -
سعیدہ ایوب - سعیدہ - سعیدہ انور - سعیدہ اقبال - سید عابد نام - سید ناصر
شاہد - شاہد منیر - شاہد شبنم - رانی - شبنم عمر دواز - شبیر
حیدر - شمیم - شوکت علی - صفیہ بی بی - طاہرہ عائشہ - عبد السلام - عبید
علی - عرفان حیدر - علی رضا ملک محمد ساجد - علی رضا غلام علی -
فرحت - فریدہ - فضل دین - فوزیہ زاہد - قاضی ابرار - قاضی ساجد -

قاضی عابد حسین - قاضی عدیل - قاضی مسعود عباس - قاضی محمود
قاضی مشرف - قاضی فاروق - قاضی نادر - کاشف - کرن - کوثر
دراز - محمد اعجاز خان - محمد اعجاز خان - محمد افغان - محمد ایاز - محمد سعید
محمد طارق خان - محمد عظیم محمد علی - محمد گلزار - محمد مزل حسن قاسمی
محمد مسعود اختر - محمد مشتاق خان - محمد مظاہر - محمد نواز - مدثر حسن
قاسمی - مریم - معاندہ طاہر - ملا محمد انور - ملک ساجد - ملک شہزاد
ملک صفدر - نوید شہزاد - نایہ اختر - ہاملی - میر الملک -

ملتان:- انظر اقبال - اعتراف - اعظم - اقراء مظہر - اقصی - انور

انور راشد - بشارت - بشرہ بی بی - بشری - بلال - تقدیر حسین - تیمور
نگار - ثروت عزیز - حبیب الرحمان - حذیفہ طاہر - حسن تقویم - حسین
بی بی - حبیبہ ریاض - حفصہ احمد - حماد اقبال - حمزہ - خالدہ محمود - خالدہ
نذیر - خالق محمود - خرم ریاض - خرم شہزاد - دانش - رانا انور - ربیعہ
بتول - رخسانہ بی بی - رسول بی بی - رضوانہ - رضوانہ - رقیہ بی
بی - روینہ بشیر - روینہ ربانی - زاہدہ پروین - زاہدہ زہیر احمد - زہیر
ساجد محمود - سائرہ افتخار - سدرہ قمر - سلیم اختر - سلیسی - سہیل - شازیہ
شاہد صدیق - شاہدہ پروین - شاہدہ کلیدہ - شعیب زہیر - شوکت جاوید - شمر
یار ربانی - صائمہ - صدف - صفراں - صفیہ بی بی - طاہر محمود - طاہرہ
طلعت عزیز - عاصمہ - عائشہ - عائشہ صدیقی - عباس حبیبانی - عبد المانع
عبد اللہ - عرفانہ - عزیز احمد - عشرت - علی حسن - عمر ارشد - عمیر
سلطان - غزالہ تنویر - غلام ذہیرہ - فاروق احمد - فائزہ - فخر سہیل
قاسم محمود - قمرانہ یوسف - قیسہ - کاشف - کلثوم نذیر - کنیز بی بی -
محسن - محمد احسن - محمد اقبال - محمد انور - محمد حسن حبیبانی - محمد حفیظ - محمد
طارق - محمد مالک - محمد اشرف - محمد نثار - مریم - مظہر اقبال
نثار - تاباں - نعیم ارشد - وزیر - ہمایوں گوندل -

انک:- اربہ نوید - اسد صدیقی - اسفندیار خان - اشفاق احمد - انجاز بی

بی - افتخار احمد - اقصی جاوید - اللہ بخش - انجم بلال صدیقی - انور ریاض -
انیا جاوید - اوینس خان - اوینس - اکمن بابر - اکمن شاہد - آریان علی -
آغا جان - بشری ریاض - بشری مختار - بشیر احمد - بیگم وحیدہ پروین
اختر - تسلیم - تنویر احمد - تیمور جاوید - شری بیگم - شاہ سرور - ثوبان بابر -
جابرہ بی بی - حاجی نذیر احمد - حمزہ ریاض - حمیدہ - خاتون بی بی - خالدہ
خور - خرم ریاض - خضر حیات - دانیال اخلاق - رابعہ کامران - راجہ
بیگم - راحت - حسین - وجاہت - رسول بی بی - رضوان احمد - رفعت
جمال - ریاض احمد - ریاض اختر - رحمان مصطفی - زاہدہ یاسمین - زاہدہ بی
بی - زاہدہ نسیم - زہین تاج - زہیم ارشد - ساجدہ ارشد - سائرہ ظہور -
ستارہ خانم - سدرہ بتول - سدرہ جاوید - سراج صدیقی - سردار علی خان -
سردری - سہد ملک - سعیدہ کول - سعیدہ احمد - سہیل ریاض - سید احسان
احمد - سید محمد علی - شافع احمد - شاعر حسن - شاہد محمود - شفیق الرحمن -

نقشہ بی بی - شکیلہ عارف - شکیلہ - شمسہ فاروق - شمشاد بیگم - شمیم
نذر - شہناز ریاض - شہناز نذیر - شبیر ریاض - شبیرا - صائمہ
اقبال - صدف زہیم - صفراں بی بی - خالق محمود - طاہرہ بی بی - طلال
احمد - طیبہ - عابد صادق - عاصمہ بابر - عامر امتیاز - عامر علی - عائشہ
ناہ - عبد الرزاق - عبد الشکور - عبد اللہ احمد - عبد الوحید - عبد الوہاب -
عدنان نذیر - عدیلہ ریاض - عدرا بی بی - عرش انسانی - عزیزہ عمیر
عزیزہ عمیر نذیر - عتیقہ بیگم - عتیقہ بیگم - فائزہ اقبال - قادیہ - فرحت
ناہن - فرحت طاہر - فرزانہ شہزاد - فرقان شاہد - فیصل محمود - فیصل
عزیز - قانیہ نور - کاشف حذیفہ - کاشفی - کامران احمد - کلیم اللہ
نور زہرا - گلشن - گلپور - مائمہ - قاتر مائیں انور - محمد احمد سلمان -
محمد ارشد - محمد اسلم شاہد - محمد اسلم ملک - محمد افضل - محمد حفیظ ذوق -
پشاور:- اقبال اسلم - عبد العزیز ام حبیبہ - امینہ بیگم - آمنہ خان
بلال خان - بلالین بی بی - بلالین بیگم - حسین - توفیق خان - ثریہ
ثرین - شمیمہ احمد - شامہ - سہیلہ بی بی - سہیلہ خان - حرا احمد - حرا - حسن
علی - حسین - حفصہ شاہد - حفصہ وادو - حمیہ بی بی - حنا خان - حناہ
جمیل - حناہ یاسمین - خالدہ - خورشیدہ - مرشخان - راجیلہ - رخسانہ -
رخشہ یوسف - رخشہ بیگم - رضیہ بی بی - رفعت بی بی - رفیق خان -
رقیہ شاہد - رقیہ پروین - شاہدہ زاہدہ بی بی - زاہدہ کامران - زہیدہ
یاسمین - زہیر کشور - زہیمہ بیگم - زہیمہ - زہیرہ - زہیرہ - زہیرہ - ساجدہ -
سائرہ احمد - ستارہ حبیبین - سر فراز سلمان حقیق - سہیلہ کوثر - ساجدہ بی
بی - سائرہ آصف - سفینہ حیدر - سلیمان حیدر - سلیمان حیدر - سونیا
اقبال - سیمابین - شازیہ - شاہدہ - شکیلہ - شمیم اختر - شہزاد احمد -
شہناز اختر - صدف افضل - صفدر جان - صوفی لطیف - سہلی - سمیرا
سیدہ شاہد - شازیہ احسن خان - شازیہ - شاہدہ منیرہ - شاہدہ حماد - شاہدہ رسول
شاہدہ انور - شاہین - شانہ شاہد - شکیلہ - شگفتہ منظور - شمسہ - شعیب -
شعشہزاد - شعیب - شمیم کوثر - صائمہ بی بی - صائمہ خان - صائمہ منظور -
صائمہ - صدف شاہ - صدف - طاہرہ شمیم - طاہرہ طیبہ - عابدہ
سمرت - عارفہ - عاصمہ غلام رسول - عامرہ - عاشق علی - عائشہ نسیم -
عبد الرشید - عبد المتین - عبد الحمید - عبد العزیز - عبد اللہ - عبد الہادی -
عزرا بیگم - عطیہ اکرم - عفت - عقیلہ خواجہ - علی اصغر - غزالہ ناہیدہ -
عاشقہ عمران - عائشہ فاروق - عبد الرحمن - عبد الحق - عبد اللہ - پرویز
نہیدہ - توصیف - ثریا بیگم - حاجی عبد الغفور - حاجی محمد حفیظ - حمیدہ
بیگم - حنا اکرم - حنیف الرحمن - خالدہ پروین - خورشید احمد - ذوالفقار
احمد - رابعہ حمیدہ - رانا زاہدہ پرویز - رانا منیر حمیدہ - رحمت اللہ - رحمت بی بی
رشیدہ گلزار - رضیہ بی بی - روینہ - رخسانہ - رشیم جان - زہیرہ بی بی -
طارقہ یاز - طاہر محمود - فرح جمید - فرح فرزانہ - نسیم بیگم - نسیم اللہ -
نہروہ بیگم - کامران حمیدہ - کانتات - کوثر علی شاہ - گوہر جہاں - مادیہ -

مادیہ - محسن احمد - محمد اشرف - محمد انصاف - محمد الیاس -
سکس:- اسرار بی بی - اشفاق حسین - انجاز ملک - انشاق - افضل
کھوکھر - اقبال مرتضی - الیاس - امیر حبیبہ - امینہ - انور حسین - انوری
بیگم - انیس - آسیہ - بشیرہ - بلال احمد - بی بی فاطمہ - بیتش شفیق -
پروین - شریا خان - شازیہ - شامزگ - جمال - جمیل حسین - جویریہ - اسدہ
جہانزیب - جابرہ - حسین - حفصہ ملک رانی - حمیرہ - ہما - رابعہ -
رباب - رخسانہ حبیبہ - رشیدہ - رقیہ خلیق - ریحانہ - زہیدہ بانو - سائرہ
خان - سعیدہ گل - سعیدہ کھوکھر - سعیدہ بیگم - سہلی - سمیرا بانو - سیدہ
عظمت علی شاہ - شازیہ - شہیدہ کوثر - شجاعت علی - شمرین گل - شکیلہ اسدہ -
شوکت زمان - شہاب - شہناز - شبیر - شیر گل - شیرین گل - صالحہ -
صائمہ - صائمہ - صائمہ گل - صدف عمران - صدف - صفیہ - ظہیرہ - عارفہ
بیگم - عبد الحفیظ - عثمان - عدرا خالق - فرح ناز - فرحین - فرزانہ
جمیل - فوزیہ - رشہ - رضوانہ - فیض - کاشف - کنزہ - محبوب عالم - محمد
اسلم - محمد اشرف - محمد پرویز - محمد حفیظ - محمد رفیق شعیب - محمد سلیم - محمد
عظیم - محمد یعقوب - مدثر احمد - مرزا سعید الدین بیگم - مریم - مس علیہ
بی بی - مسز رخشہ - تنویر - مسز فریدہ - متبول بیگم - ملیحہ ناز - منصوب
احمد - مونا - میجر طارق - نازش - نبیلہ خالدہ - نہت شہزادہ -

وہاڑی:- اسلم گل - اعجاز احمد - اعجاز حسین - انشاق - اللہ

بخش - امیر بی بی - اسامہ - آمنہ - بشری - بلال ظفر - پرویز اقبال -
تاہیدہ - تاج - تجمل حسین - تنویر - ثروت - ثمنہ - شامہ گل - شاہ نور
جان عالم - جاوید اقبال - جمیل جعفری - جعفر - جمیلہ اختر - جنت انور -
جنیدہ - چاند علی - حاجی بی بی - حاجی عبد الرشید - حاجی ہادی - حارث
ظفر - حامد - امینہ - آپا - نور جہاں - حسان - حبیبہ - حسین احمد - حماد
حمیرا - خرم - خضران - خلیلہ - خلیل احمد - خورشید بیگم - دانش
علیم - دانیال - درخشاں - دلشاد - ڈاکٹر وقاص - راجہ - راجیلہ - راشدہ
عفت - راشدہ - رخسانہ - رسدین - رضوان - رقیہ - رمشہ - روحانہ
خان - روشن نظیر - ریحانہ - زہیدہ - زہیرہ - زہیرہ - زہیرہ - زہیرہ - سدرہ -
سلمان رفیع - سلمان - سہلی بیگم - سہلی پروین - سلیمان - سلیمہ - سمیرا
سکھ اللہ - سونیا - سہیلہ - سیمابین - شازیہ - شازیہ - شامزہ - شاہدہ -
شاہدہ قرین - شاہدہ - شاہین - شہاب - شبنم - شمرین کول - شریا بی بی
بی - شریفہ - شہباز - شہباز - شگفتہ - شمس الدین - شعیب - شمیم
آرہ - شمیم جہاں - شمیم خالدہ - شمیم اختر - صائمہ علی - صدف - صفیہ -
صفیہ علی - ظل نجمہ - عاشق - عامر حسین - عامر سکتہ -
عائشہ - عبد الباقی - عبد الحمید - عبد الحق - عبد الحق - عبد اللہ - عدنانہ -
عدیل - عرفان - علیم - عمران - غزالہ - غلام محمد - غلام مصطفی - فرادہ
فرحین - فرخندہ - فریدہ - قربہ - فیضان - کامران - کانتات -
کول - کوثر پروین - کوثر کھکشاں - گل فشاں - گلشن - آپا - لادب -

اقبال - لائبہ - لعلی - محسن - محمد اعجاز - محمد اقبال - محمد جاوید - محمد زبیر - محمد سلیم - محمد شہاب - محمد شہزاد - محمد شفیق - محمد علی - محمد قاسم - محمد لطیف - محمد ناصر - محمود حسن - مدیحہ - مرحوم حاجی اللہ دین - مرحوم حاجی دین محمد - مرحوم شفیق احمد - مرحوم عبدالستار - مرحوم مرحوم محمد حنیف - مرحوم محمد قاسم - مرحوم آمنہ - مرحومہ بسم اللہ - مرحومہ زیتون - مرحومہ غفوران بی بی - مرحول - مسرت - منظور انعام - منور حسین - موتا - مہدی - مہوش - نازش - نائلہ نواز - نایبہ - نیلہ ظفر - ثار - تدبیر - تسرین باقی - تسرین بی بی - تسرین - نسیم جہاں - نسیمہ - نصرت بی بی - نایبہ جمال - نیل شہزاد - نغمہ حمید

میرپور خاص :- ابراہم اعظم اقبال - اعظم - اقراء مظہر - اصغر - انعم راشد - بشارت - بشرہ بی بی - بشری - بلال - تصدیق حسین - تیمور ثار - ثروت عزیز - حبیب الرحمان - حذیفہ طاہر - حسن تقویٰ - حسن سین بی بی - حبیب ریاض - حفیظہ احمد - حماد اقبال - حمزہ - خالد محمود - خالدہ نذیر - خالق محمود - خرم ریاض - خرم شہزاد - دانش - رانا احمد - ربیعہ بٹول - رخسان بی بی - رسول بی بی - رضوانہ بشیر - رضوانہ - رقیہ بی بی - روینہ بشیر - روینہ ربانی - زاہدہ پروین - زاہد - زبیر احمد - زبیر - ساجد محمود - سائزہ افتخار - سدرہ قیصر - سلیم اختر - سلسی - سبیل - شازیہ - شاہد صدیق - شاہدہ پروین - شاہدہ شکیلہ - شمع زبیر - شوکت جاوید - شہر یار ربانی - صائمہ - صدف - صفراں - صفیہ بی بی - طاہر محمود - طاہرہ - طاعت عزیز - عامرہ - عافیہ - عائشہ صدیقی - عباس جیلانی - عبدالرافع - عبداللہ - عرفانہ - عزیز احمد - عشرت - علی حسن - عمر ارشد - عمیر سلطان - غزالہ تنویر - غلام زہرہ - فاروق احمد - فائزہ نذیر - فخر سبیل - قاسم محمود - قرآنہ یوسف - قیصرہ - کاشف - کلثوم نذیر - کبیر بی بی - محسن - محمد احسن - محمد اقبال - محمد انور - محمد حسن جیلانی - محمد حفیظہ - محمد طارق - محمد مالک - محمد اشرف - محمد ثار - مریمہ - مظہر اقبال - معاذ ثار - منیب - میمونہ بشیر - میناز اختر - نازیہ زبیر - نازیہ قاسم - نایاب - نیل کامران - ندا - نہت و نسیم - نسیم نعمان جیلانی - نسیم ارشد - وزیر - ہمایون گوندل

آزاد کشمیر :- انور راشد - انوری بیگم - بشیر احمد - شہیدہ امجد - شہیدہ معراج - جمال - جہانزیب - حبیب - حسین احمد - حسینہ - حنا اشرف - حنا خاتون - کلیمہ - خرم - راجیلہ - رانا ریاض - رانا مصطفیٰ - رخشندہ - رزاق احمد - رفعت عطار - رفعت یاسین - روزیہ - زینت - سر فرخ احمد لودھی - سر فراز احمد - سعیدہ کھوکھر - سعیدہ - سعیدہ شاہد - سمیرا - سبیل احمد - سبیل حمید - شازیہ - شاہ زیب - شرمیل - شمسہ ظہیر - شمسہ - شمیم اختر - شہزاد ریاض - شہناز اکرام - شہیرہ - صائمہ ذوالفقار - صفورا تبسم - صہیب - طارق - ظہیر احمد - عاطفہ - عائشہ - عبدالجبار - عبدالغفار - عبدالواحد - عبداللہ - عثمان - عشرت

زاہد - عطیہ - علی - غلام رسول - فائزہ - فخر عظیم - فرحمن - فخر حسین - فوزیہ طاہر - فیصل - قدیر احمد - کرن کماری - کوثر ظہیر - ماریہ حسین - محسن - محمد ارشد - محمد اکرام - محمد سلیم رانا - محمد مسعود - محمد نسیم - مریم منظور - مصطفیٰ الرحمن - معراج دین - منور سلطانہ - مہروز نائلہ - نیلہ خالدہ - نہت شہزادہ نصرت

سانکھڑی :- اربیدہ نوید - اسد صدیقی - اسفند یار خان - اشتیاق احمد - اجازی بی بی - افتخار احمد - اقصی جاوید - انش - انجم بلال صدیقی - انعم ریاض - انیلا جاوید - اویس خان - اویس - اسکن بابر انسن شاہد - آریان علی - آغا خان - بشری ویاض - بشری عطار - بشیر احمد بیگم - وحیدہ - پروین اختر - سلیم - تنویر احمد - تیمور جاوید - ثریا بیگم - شہ سرور - ثوبان بابر - حاجی نذیر احمد - حمزہ ریاض - حمید احمد خاتون بی بی - خالدہ تنویر - خرم ریاض - مختصر حیات - دانیال افتخار - راجہ کامران - راج بیگم - راحت حسین - وجاہت - رسول بی بی - رضوان احمد - رفعت جمال - ریاض احمد - ریاض اختر - ربیان مصطفیٰ - زاہدہ یاسین - زاہدہ بی بی - زاہدہ ویسہ - زرین تاب - زہیم ارشد - ساجدہ ارشد - سائرہ - ظہور ستارہ - طاہرہ سدرہ بٹول - سدرہ جاوید - سراج صدیقی - سردار علی خان - سروری - سعد ملک - سعدیہ کنول - سعید احمد - سبیل ریاض - سید حسان احمد - سید محمد علی شافع احمد - شادویش احمد - شاہد محمود - شفیق الرحمن - شگفتہ بی بی - شائلہ عارف - شائلہ شمسہ فاروق - شہناز بیگم - شمیم اختر - شہناز ریاض - شہناز نذیر - شہیرہ ریاض - شہناز سجاد - صائمہ اقبال - صدف - نسیم - صفراں بی بی - طارق محمود - طاہرہ بی بی - طلال احمد - ظہیرہ - طاہرہ صادق - عاصمہ بابر - عامر امتیاز - عامر علی - عائشہ خانم - عبدالرزاق - عبدالشکور - عبداللہ احمد - عبدالوحید - عبدالوہاب - عدنان نذیر - عدیلہ ریاض - عذرا بی بی - عرش انعام - علینہ - عمیر نذیر - عمیر نذیر - عمیر بن اسلم - عمر بن فائزہ اقبال - فارہ - فرحت شاہین - فرحت طاہر - فرزانہ شہزادہ - فرقان شاہد - فیصل محمود - فیصل نذیر - قافیہ نور - کاشف حذیفہ - کاظمی - کامران احمد - کلیم اللہ - کبیر نذیر - گلفرین ظہور - نامہ دکار - مایانہ انور - محمد احمد سلمان - محمد ارشد - محمد اسد شاہد - محمد اسلم ملک - محمد افضل - محمد حنیف ذوق - محمد شہزاد علی - محمد وارث حسن

ایبٹ آباد :- اسلم پرویز - برکت بی بی - صلاح الدین - اسکن صلاح الدین - انجم بیگم - بانو جاوید علی - حسنہ افروز - حفیظہ - فدیحہ فاروق - دردانہ - ذوالفقار - ذیشان محمد خان - راحت سلطانہ - رخسانہ ربیعہ بیگم - ربیعہ - ربیعہ - زاہدہ حبیبہ - زاہدہ خاتون - ساجد علی - سرور جان - سعیدہ - سعیدہ احمد خان - سعیدہ - سفینہ - شفق - سکینہ خانم - سلیم شہزادہ - سیف احمد - شازیہ - سعیدہ شازیہ - شایان - شاہد احمد - شانیہ - سعیدہ - شائلہ - شہناز اختر - طاہرہ - عابد جان - عارفہ

عبدالرشید - عبد السلام - عبد الستار - عبد الحمید - عبدالعزیز - عبدالہادی - عدنان محمد خان - عدنان - عرفان مجید - عرفان - عصمت انساہ - عفت - حفیظہ خواجہ - غزالہ نعمان - غلام رسول - غلام مصطفیٰ - غلام بی بی - فرح - فرزانہ نصیر - فوزیہ - فہیدہ - فہیم النساء - قمر النساء - قیصر سلطانہ - کامران مجید - کمال الدین - گوہر جہاں - ماجد علی - ماریہ - محسن ہاشم - محفوظہ الحسن - محمد جہانگیر - محمد خواجہ شہاب الدین - محمد سیاد - محمد سراج الدین - محمد صدیق - محمد عثمان غنی - محمد عمر فاروق - محمد وسیم - محمد فاضل خواجہ - محمد کمال

گجرات :- فخر سلطان - فراز - فرحان - فرحت کوثر - فرح - فخر حسین - فوزیہ - فیاض - فیصل رشید - فیصل - قدیر احمد - قمر النساء - کاشف جبار - کاشف نواز - کامران - کرم بی بی - کرن شاہد - کرن - کشور سلطانہ - کلثوم بیگم - کلیم خان - کنول عطا محمد - کنول - کوثر انساہ - کوثر ظہیر - کول - لادی ملک - لائبہ آصف - نسیم - نجاد - مہ جبین - میسر اقبال - محبوب علی - محمد احمد - محمد ادریس - محمد اسماعیل - محمد امجد - محمد انیس عابد - محمد اویس - محمد آصف - محمد تبسم - محمد حارث - محمد حنیف - محمد رمضان - محمد زاہد - محمد سعید عباس - محمد شاہد - محمد شفیق گلبر - محمد طلحہ - محمد عظیم شاہد - محمد علی صدیقی - نایبہ مسعود - نجمہ شہزادہ وردہ - نسیم - وقار حسین

کوٹ ادو :- اشرف علی - اقصی اشرف - اکبر علی - امان اللہ - انیس علی - بابر حسین - بشری بابر - شاستارہ - جاوید اقبال - چوہدری اصغر علی - حجاب فاطمہ - راشد تاج محمود - رفعت بی بی - روینہ شائین - سعیدہ حمید سکینہ بی بی - شکیل احمد - شائلہ بابر - شمیم اختر - مبارکہ بی بی - ظفر اقبال - عاقب ستارہ - عباس علی - عبدالحفیظ - عبدالحمید پاشا - عبدالحمید گربانی - عبد الرحمن - عبد الستار خان - عبد اللطیف - عبد القاسم - عطا محمد - غلام مصطفیٰ - فیصل شہزادہ - قیصر اسمن - محفوظ الرحمن - محمد احمد غفور - محمد اختر - محمد اشرف - محمد اشرف - محمد اویس بابر - محمد بربان - محمد بلال بھاری - محمد تنویر - محمد شاہد ندیم - محمد شہروز - محمد صابر - محمد عابد - محمد شمیم - محمودہ اشرف - مدیحہ بابر - محسن کلیم - مازہ احمد - مجتبیٰ حسین - مستنصر باللہ - منعمہ مظفر مہدی - میاں عبدالرزاق - ناصرہ پروین - نسیم ستارہ - نصیر علی - نایبہ اختر - نورین خالدہ - یاسین شاہد - یسری علیل

شاہ کوٹ :- شہناز اختر - حسن بی بی - عظمیٰ شہزادی - پروین - رخسانہ سعید - رفیعہ پروین - فاطمہ بیگم - عفت رشید - عزیزان بی بی - عارفہ محمودہ پروین - محمودہ فاطمہ بیگم - رضیہ ظفر - کرم بی بی - شازیہ انجم - صائمہ زرین - اختر یونس - انیس یونس - اجمل - وحیدہ - نور الحسن - سر انجم - جیلہ اختر - نادیہ اشرف - نسیم اشرف - زبیدہ بیگم - سیر انناز - سفینہ بی بی - شکیلہ صدیقی - صفیہ بی بی - فرحانہ یاسین - رمضان بیگم - زبیدہ - فوزیہ - رمضان - خورشیدہ - جنت بی بی - زینب بی بی - کاشف

حبیبہ - زین - کاشف نزل - سلطانہ - بشری - حسن افتخار - پروین اختر - حسن بی بی - ریمز مشتاق - حرارہ - ناصرہ - رفیق - مسرت ولایت - دیا فیاض - شمیمہ افضل - ریاض رحیم - جاوید - کاشف - خالد - عمار - مانی - راجیلہ - محمد شفیق - محمد وقار احمد - محمد احتشام احمد - نوید سعید - بلال سعید - محمد اسحاق - تنویر - میمونہ خان - محمد احمد - ماریہ - محمد حیدر علی - مریم زبیر - نامہ علی - مہوش شہزادہ - مسز سلیمہ - محمود اشرف - محمد خالد - محسن سلیم - مامودہ اختر - محمد غیاث الدین - معراج علی - مسز محادہ - محمد عمیرہ - میمونہ سر فراز - مایہ جیلہ - ماریہ - مبین - مبین احمد - محمد فاضل - محمد عمادہ - محمد جمیلہ - محمد حسان علی - نوید احمد

گجرات :- ابراہم احتشام علی - احتشام - احمد رضا - ارم - اعظم اقبال - اعجاز - اعظم - اقراء مظہر - اقصی - احمد - انعم راشد - بشارت - بشرہ بی بی - بشری - بلال - تصدیق حسین - تیمور ثار - ثروت عزیز - حبیب الرحمان - حذیفہ طاہر - حسن تقویٰ - حسین بی بی - حبیب ریاض - حفیظہ احمد - حماد اقبال - حمزہ - خالد محمود - خالدہ نذیر - خالق محمود - خرم ریاض - خرم شہزادہ - دانش - رانا احمد - ربیعہ بٹول - رخسانہ بی بی - رسول بی بی - رضوانہ بشیر - رضوانہ - رقیہ بی بی - روینہ بشیر - روینہ ربانی - زاہدہ پروین - زاہدہ - زبیر احمد - زبیر - ساجد محمود - سائزہ افتخار - سدرہ قیصر - سلسی - سبیل - شازیہ - شاہد صدیق - شاہدہ پروین - شاہدہ شکیلہ - شمیم زبیر - شوکت جاوید - شہر یار ربانی - صائمہ - صدف - صفراں - صفیہ بی بی - طاہر محمود - طاہرہ - طاعت عزیز - عامرہ - عافیہ - عائشہ صدیقی - عباس جیلانی - عبدالرافع - عبداللہ - عرفانہ - عزیز احمد - عشرت - علی حسن - عمر ارشد - عمیر سلطان - غزالہ تنویر - غلام زہرہ - فاروق احمد - فائزہ نذیر - فخر سبیل - قاسم محمود - قرآنہ یوسف - قیصرہ - کاشف - کلثوم نذیر - کبیر بی بی - محسن - محمد احسن - محمد اقبال - محمد انور - محمد حسن جیلانی - محمد حفیظہ - محمد طارق - محمد مالک - محمد اشرف - محمد ثار - مریمہ - مظہر اقبال - معاذ ثار - منیب - میمونہ بشیر - میناز اختر - نازیہ زبیر - نازیہ قاسم - نایاب - نیل کامران - ندا - نہت و نسیم - نسیم نعمان جیلانی - نسیم ارشد - وزیر - ہمایون گوندل

سعودیہ عرب :- ترنم جمیلہ - سبیل احمد - شریں عندلیب - مہوش خان - مہ نور خان - عرفان خان - محمد یعقوب

نیویارک :- حنا راجہ - حارث شہناز - رفیق - زاہدہ

یو کے :- بلال - ریاض - شہزادہ - ایوب - عائشہ - عمر بن عبد اللطیف - غلام بی بی - قادیہ طارق - فرخ طارق - عزیز فرخان طارق - عزیز قربانی ملک - محمد عبداللہ - محمد کامران خان - مہوش طارق - نسیم اختر - نسیم صالح - یاسین احمد - یاسر علی - محسن مبین - محمد عارفہ - محمد عثمان - محمد علی - محمد عمر - محمد وسیم اقبال - مختار کریمہ

(رپورٹ: آصف کامران)

استقبالِ رمضان کے پردِ گرام میں سلسلہ عظیمیہ کے
مرشدِ کریم حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کا
رکارڈ خطاب نشر کیا گیا۔ آپ نے فرمایا:

کراچی: ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، ڈاکٹر مظفر الدین،
عدنان خان، زینب اشرفی، عظمیٰ انعام استقبال رمضان کی
تقریب کے شرکاءے مخاطب ہیں۔

[illegible]

الدین - ام حبیبہ - بابو جلیو علی - دست افروز - حلیفہ خاوند احمد -
خلیبہ - خلق الزماں - خورشید نیکم - خوشنود - خدیجہ خاتون - دودلہ -
دواش سلمہ - دواش وسم - دانیال حسین - دانیال احمد - درخشاں - درویش
احمد - دلاور علی - دلاشاں - ذوالفقار - ذیشان محمد خان - راحت سلطانہ -
رخسانہ - رفیعہ - رشاد روٹی - ریحیل - ریکہ - رنگہ - ریخان - زابدہ - حبیبہ
زابدہ خاتون - ساجد علی سرور جان - سعیدہ - سعدیہ - سہر - سید علی
فرز - سلی شہزاد سلمہ - سبیل فیاض - سید ساجد حسین - سید طارق
مسعود - سید یاسر حسین - سیاح - سیوہ یوسف - سعیدہ احمد خان - سعیدہ
سفینہ شہ - سکینہ خانم - سلطی پرویز - سلمہ سلیمان - سمیرا - سنج
اللہ - سونیا - سولہ اختر - سید الٹی خان - سید احتشام علی - سلطانہ سلمان
رفیع - سلمان - سلمہ شہزاد سینہ احمد - شازیہ - سعیدہ - شازیہ - شایان -
شاہد احمد - شیانہ - سعیدہ - شہناز - شہناز شایان - شہناز نور - شہد جمال - شاہ
حسن - شیانہ - شہناز - شریفہ بی بی - شمس الحسن - شمس شمیم اختر - شمیم
ریاض - شہزاد احمد - شیانہ - شاکلہ - شہناز اختر - طارق - طاہرہ - طیبہ -
ظفر - عابد جان - عارفہ - عالیہ - فویدہ - عامر - حسین - عالیہ - عالیہ -
عامر - عاشق اکرام - عباس علی - عبدالقادر - عبدالرحمن - عبدالرزاق -
عکرم - فضل - عرفان عثمان - عروین ریاض - عروین - عروہ - سنج - علیہ
نیکم - عطشی سکینہ - عطشی صدیقی - عطشی کمال - علی عدنان - عماد خان -
عمر صادقہ - عمران الدین - عنایت الرحمن - مید الرشید - عبدالسلام - عبد
المنعم - عرفان عثمان - عروین ریاض - عروہ - سنج - عزیز ناز - عشرت
اسحاق - قرانزہ - قصیر - فوزیہ - غمبیرہ - فہیمہ - قمر الزماں - قصیر - خلفہ -
کامران بیگم - کمال الدین - گوہر بیگم - جاد علی - ماریہ - مبوش علی -
ماہرہ ضوی - میونہ - واجدہ - محمد جانیگہر - محمد خواجہ شہاب الدین - محمد
سجاد - محمد سران الدین - محمد صادق - محمد عثمان - محمد محمد عارف -

بجے ہوئے اپنے خطاب میں تھا: اس کا نام درج ہے: مرہٹے اور صاحبزادہ یسار علی شاہ پیش کیا گیا۔

مختلف شہروں میں استقبال رمضان

عجمان (یو اے ای): (رپورٹ: عمران خان) سلسلہ عظیمیہ کے تحت مراقبہ ہال عجمان (متحدہ عرب امارات) میں استقبال رمضان کی پروقار تقریب 17 جولائی کو منعقد کی گئی۔ تقریب کے مہمان خصوصی ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی تھے جو کہ اس تقریب میں شرکت کے لیے خصوصی طور پر کراچی سے تشریف لائے تھے۔ استقبال رمضان کی اس تقریب کی ابتداء میں ایک تربیتی نشست کا اہتمام کیا گیا جس کا موضوع ”روزہ اور ترک“ تھا۔

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے استقبال رمضان کی اس محفل سے اپنے خیالات کا اظہار کیا، اختتامی کلمات میں انتظامیہ کی کاوشوں کو سراہا اور شرکاء محفل کا شکریہ ادا کرتے ہوئے اپنی نیک خواہشات کا اظہار کیا اور سب کی روحانی ترقی کے لیے دعا فرمائی۔ آخر میں مرشد کریم کی صحت و تندرستی کے لیے خصوصی طور پر دعا کی گئی۔

روزہ تقویٰ کے حصول کا ذریعہ ہے۔ تقویٰ ایک مکمل پیکیج کا نام ہے جس میں ناصرف نماز، روزے اور دیگر عبادات شامل ہیں بلکہ حقوق العباد، ملاوٹ سے بچنا اور دیگر کاروبار حیات بھی تقویٰ کے پیکیج میں شامل ہیں۔ اگر ایک فرد صرف نماز پڑھتا ہے اور ملاوٹ سے باز نہیں آتا تو اس نے تقویٰ کا نماز والا کام تو مکمل کر لیا لیکن تقویٰ کے پورے پیکیج میں داخل نہیں ہوا۔

رمضان کا ماحول وہ روحانی ماحول ہے جس میں انسان اپنی اصل یعنی روح سے واقف ہو سکتا ہے اللہ تعالیٰ کی جلی کا دیدار کر سکتا ہے۔ ہم سب کو اس روحانی ماحول سے زیادہ سے زیادہ فیضیاب ہونے کی کوشش کرنی چاہیے۔ آخر میں ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے کہا کہ:

”ہمیں چاہیے کہ ہم رمضان کے تیس دن میں کوئی وقت مقرر کر کے اپنے گھر والوں کے ساتھ بیٹھ کر روزانہ کوئی ایک سورت یا آیت پڑھیں اور اس کے ترجمہ پر غور و فکر کریں۔ اس سے نہ صرف ہم رمضان کے ماحول سے بھرپور فائدہ اٹھا کر اللہ تعالیٰ کا قرب حاصل کر سکیں گے بلکہ والدین اپنے بچوں اور گھر والوں کو وقت بھی دے سکیں گے۔“

دیگر مقررین میں محترمہ زینب اشرفی، عظمیٰ انعام، مظفر الدین اور عدنان خان نے رمضان المبارک اور روزہ کے مختلف پہلوؤں پر روشنی ڈالی۔

محفل کی ابتداء میں قاری محمود حسین صاحب نے تلاوت کلام پاک، دوران تقریب مہر ال خان، نوارا مختار اور جنید چشتی نے نعت پیش کی۔ پروگرام کے اختتام پر معروف نعت خواں شفیق احمد نے بارگاہ رسالت میں درود و سلام پیش کیا۔

پروگرام کی نظامت کے فرائض منیب الدین نے

اگست ۲۰۱۲ء



کراچی: استقبال رمضان کی تقریب کے شرکاء خواتین و حضرات

روح کا لباس تحریر فرماتے ہیں۔ روح انسان کی اصل ہے اور جسم روح کا لباس، ہمارا یہ ہے کہ ہم نے اس فکشن کو اصل سمجھ لیا ہے اور اپنی تمام تر توجہ اس مفروضہ پر مرکوز کر دی ہے۔ اگر یہ اصل ہوتا تو مرنے کے بعد اس میں حرکت رہتی، یہ فنا نہ ہو جاتا اس کا وجود باقی رہتا۔ ہمیں اس بات پر غور فکر کرنا چاہیے کہ ہماری اصل یہ جسم نہیں بلکہ روح ہے۔“

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے شرکاء کو خوش آمدید

یعنی اگر اس کی تمام حرکات جسمانی اعضاء کی بدولت تھیں تو اب جبکہ جسمانی اعضاء اسی طرح موجود ہیں تو وہ حرکات کہاں لگیں....؟

اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہماری تمام حرکات و سکنات جسم کی بدولت قائم نہیں ہیں۔ انہیں قائم رکھنے والی، انہیں متحرک رکھنے والی کوئی اور شے ہے، جس نے اب اس جسم سے رشتہ ختم کر دیا ہے اور وہ شے روح ہے۔

حضور قلندربایا اولیاء کتاب ”لوح و قلم“ میں جسم کو



کراچی: قاری محمود الحسن تلاوت کلام پاک، شفیق احمد اور نوارا مختار نعت جبکہ منیب الدین نظامت کر رہے ہیں۔

رمضان کا ماحول



عجمان: محمد وقاص تلاوت اور عمران خان نظامت کر رہے ہیں

اس پروگرام کی نظامت کے فرائض عمران خان اور ممتاز علی نے ادا کیے۔ تلاوت قرآن پاک کی سعادت محمد وقاص اور نعت کی سعادت ثاقب اور نادیم اعجاز نے حاصل کی۔ دیگر انتظامات میں سلمان احمد، مطیع الرحمن، نواد احمد اور اعجاز احمد نمایاں رہے۔ متحدہ عرب امارات کی ریاستوں دہی، شارجہ، عجمان، ابو ظہبی اور عمان سے خواتین و حضرات کی ایک بڑی تعداد نے پروگرام میں شرکت کی۔

قاسم آباد، حیدر آباد (رپورٹ: محترمہ خضران)

استقبال رمضان کی تقریب کے آغاز پر عابدہ نے تلاوت جبکہ بدیع نعت رضیہ، عروہ، رخسانہ، شائین، حمیدہ اور خضران نے پیش کی۔ لیکچرار آف کامرس بدین کمپس محترمہ شاگل، حمیدہ خاتون اور رخسانہ پروین نے مقالے

پیش کیے آخر میں نگران مراقبہ ہال آپا منظور النساء نے حاضرین محفل سے خطاب کیا اور ذکر و مراقبہ کے بعد دعا کرائی گئی۔

لطیف آباد حیدر آباد:

28 جون 2012ء بروز جمعرات کو مراقبہ ہال برائے خواتین لطیف آباد میں ”استقبال رمضان“ کا پروگرام بعنوان ”روزہ کے روحانی اور جسمانی فوائد“ منعقد کیا گیا۔ محفل کے آغاز میں تلاوت کلام پاک اور نعت پیش کی گئی۔

نگراں مراقبہ ہال محترمہ فیروزہ ندیم صاحبہ نے روزے کے جسمانی اور روحانی فوائد پر لیکچر دیا۔ تقریب کے اختتام پر اجتماعی دعا کروائی گئی۔

چینیوٹ: (رپورٹ: محمد مظاہر)

تقریب کے آغاز پر تلاوت محمد علی نے جبکہ بدیع نعت حاجی صفدر علی، مختار احمد رانا اور محمد علی نے پیش کی۔ نگراں مراقبہ ہال پروفیسر محمد طاہر نے روزے کی اہمیت کے موضوع پر خطاب کیا۔

دیگر مقررین میں صفدر علی اور مختار احمد رانا نے مقالات پیش کیے۔ تقریب کے اختتام پر مراقبہ، ذکر اور بدیع درود و سلام پیش کیا گیا۔



حیدر آباد (لطیف آباد): محترمہ فیروزہ ندیم استقبال رمضان کی تقریب سے خطاب کر رہی ہیں۔

بقیہ: بچوں کا مستقبل

کی پوری کوشش کرتا ہے۔ خاص بات یہ ہے کہ ان کو ایک خواب ایک منزل بھی دینا ضروری ہے۔ اپنی نسل کے کردار کی تشکیل ہماری ذمہ داری ہے۔ والدین بچوں کے لیے سب سے بڑا رول ماڈل ہوتے ہیں اور بچے کے کردار کی تشکیل میں والدین کا کردار اہم رول ادا کرتا ہے۔

بقیہ: عقل حیراں ہے.....

رہے ہوتے ہیں۔ اس تو جیہہ کو بیان کر کے سائنسدان اپنے خیال میں



اس اسرار کو سلجھا چکے ہیں، لیکن میگنٹیک ہل کے کئی مقامات پہاڑی وادیوں کے بجائے میدانی علاقوں میں ہیں اور دوسری جانب برٹس جیولوجیکل سروے کے ثقلی نقشے Gravity and magnetic anomaly Map بھی یہ ظاہر کرتے ہیں کہ کشش ثقل کے نظریات میں جھول موجود ہے۔

کیا میگنٹیک ہل جیسے مقامات پر موجود کشش ثقل میں کوئی خلل موجود ہے یا اس کے پیچھے کوئی ماورائی اور انجان سائنس کا ہاتھ ہے یا پھر یہ محض ہماری نظروں کا دھوکہ ہے....!!!

آئندہ شمارے میں ہم چند ایسے انسانوں کا تذکرہ کریں گے جنہوں نے کشش ثقل کو شکست دی....!



4 برسوں میں پاکستانی آبادی کا بڑا حصہ غذائی عدم تحفظ کا شکار ہوا: اقوام متحدہ

اقوام متحدہ نے کہا ہے کہ پاکستان میں گزشتہ چار سالوں کے دوران بلکی آبادی کا بڑا حصہ غذائی عدم تحفظ کا شکار ہوا ہے، افراط زر کے دہرے ہندسوں میں داخل ہونے اور اشیائے خوراک کی بڑھتی ہوئی قیمتوں کی وجہ سے لوگوں کی قوت خرید کم ہو گئی ہے۔ پاکستان ہزارہی اہداف میں شامل غربت اور بھوک کے خاتمے کے حصول میں ابھی کافی پیچھے ہے اور خدشہ ہے کہ یہ ہدف 2015ء تک حاصل نہیں کیا جاسکے گا۔ اقوام متحدہ کی ہزارہی اہداف میلینیئم ڈیولپمنٹ گولز رپورٹ کے مطابق پاکستان میں افراط زر کے دہرے ہندسوں میں داخل ہونے اور اشیائے خوراک کی بڑھتی ہوئی قیمتوں کی وجہ سے لوگوں کی قوت خرید کم ہو گئی ہے۔ رپورٹ میں کہا گیا ہے کہ پاکستان ہزارہی اہداف میں شامل سپل ہدف یعنی غربت اور بھوک کے خاتمے کے حصول میں ابھی کافی پیچھے ہے اور خدشہ ہے کہ یہ ہدف 2015ء تک حاصل نہیں کیا جاسکے گا۔ اقوام متحدہ نے اس بات پر بھی تشویش کا اظہار کیا ہے کہ مختلف وجوہات کی بنا پر دیگر ہزارہی اہداف بھی اپنی مقررہ میعاد یعنی 2015ء تک حاصل نہیں ہو سکیں گے۔ ان وجوہات میں گزشتہ تین سے چار سالوں کے دوران شرح نمو کا تین فیصد سے بھی کم رہنا، سست معاشی ترقی اور بے روزگاری میں اضافہ شامل ہے۔





مکان راس نہیں آیا

☆☆☆

سوال: پینتیس سال پہلے ہمارے والد صاحب نے اپنا مکان بنایا تھا۔ جو پہلے تھوڑا سا بنا ہوا تھا، بعد میں آہستہ آہستہ محنت کر کے پورا گھر بنوایا۔ اب ہم اسی مکان میں رہتے ہیں۔ والد صاحب کے انتقال کو دس سال ہو گیا۔ شروع ہی سے اس گھر میں ہمارے ساتھ کوئی نہ کوئی مسئلہ رہا ہے۔ کبھی والد صاحب بیمار ہو جاتے تھے، کبھی والدہ صاحبہ۔ جب سے ہم اس مکان میں آئے ہیں والد صاحب کی مستقل بیماری کی وجہ سے والدہ کو نوکری کرنی پڑی۔

بڑے بھائی کی شادی ہوئی اور وہ الگ ہو گئے۔ والدہ اور بہنوں کا کوئی حق ادا نہیں کرتے۔ چھوٹا بھائی پڑھا لکھا ہے لیکن پھر بھی اسے ملازمت نہیں ملتی۔

اس گھر میں آنے کے دو سال بعد بڑی بہن کی شادی ہوئی لیکن ایک سال بعد ہی بنا کسی وجہ کے ان کو طلاق ہو گئی۔ اس کے بعد آج تک کسی بہن کی شادی نہیں ہوئی۔ ہم تین بہنیں ہیں۔

ایک اہم بات یہ کہ ہمارے سامان الماری، ٹی وی، صندوق وغیرہ سے خود بہ خود ٹک ٹک کی آوازیں آتی ہیں۔ لوگ کہتے ہیں کہ ہمارے مکان میں جن یا بدروح کا سایہ ہے یا کسی نے کالے علم کے ذریعے موکل بھیجا ہوا ہے جو ہمارے ہر کام میں رکاوٹ ڈالتا ہے۔ کچھ لوگ کہتے ہیں کہ آپ کو یہ مکان راس نہیں آیا۔ سمجھ نہیں آتا کہ اس سلسلے میں ہم کیا کریں۔

ہم سب گھر والے نماز کی پابندی بھی کرتے ہیں۔ گھر میں صبح وشام تلاوت قرآن پاک بھی ہوتا ہے۔

جواب: صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ

سورہ البقرہ: (02) کی آیت: 109

وَدَكِّمُوْهُمِنْ اَهْلِ الْكِتٰبِ لَوِ يُزَكُّوْكُمْ مِنْۢ بَعْدِ اِيْمَانِكُمْ كُفٰرًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ اَنْفُسِهِمْ مِّنۢۢ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ فَاَعْفُواْ وَاصْفَحُواْ حَتّٰى يَخْرُجَ اللّٰهُ بِاَمْرِهِۦٓ اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌۭ

اور سورہ حشر (59) کی آیت: 22

هُوَ اللّٰهُ الَّذِیْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ

عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(فاروق احمد - کراچی)

میں مستقل مزاجی کے فقدان کی وجہ سے منتشر ذہنی کا شکار تھا۔ کوئی کام پایہ تکمیل تک پہنچنے سے پہلے ہی ادھورا چھوڑ دیتا تھا۔ بعض اوقات اتنی کاہلی ہوتی کہ سوچتا تھا کہ آج یہ کام کروں گا لیکن جب وقت آتا تو کل کا سہارا تلاش کرتا اور اگلے روز بھی وہ کام نہیں کر پاتا۔ لوگ میری اس عادت سے تنگ تھے اس عادت کی وجہ سے میں بھی پریشان رہتا تھا۔... پھر میں نے عظمی ریکی سینٹر سے رابطہ کیا۔ ابتدا میں ریکی کے دوران سر اور جسم بھاری محسوس ہوا، نیند بھی آئی اور مختلف خیالات بھی آتے رہے مگر رفتہ رفتہ سر بھاری ہونا کم ہو گیا، نیند آنا کم ہو گئی۔ اب خود کو فریش محسوس کرتا ہوں۔ کام کی طرف بھی دلچسپی ہو گئی ہے۔ ذہنی یکسوئی میں بھی اضافہ ہوا۔ اُداسی اور مایوسی اور کام کرتے ہوئے گھبراہٹ بھی اب کم ہو گئی ہے۔ جو میرے اندر یقیناً بہت اچھی تبدیلی ہے۔

کبھی ہماری طرف سے انکار ہو جاتا ہے، کبھی لڑکے والے پسند کرنے کے باوجود بعد میں منع کر دیتے ہیں۔ ایک بار تو تاریخ بھی طے ہو گئی تھی۔ شادی سے چندہ بیس دن پہلے لڑکے والوں نے وجہ بتائے بغیر یہ رشتہ ختم کر دیا۔ اب لوگ کہتے تو ہیں کہ آپ کے گھر آئیں گے لیکن رشتہ لے کر گھر تک کوئی نہیں آتا۔ دو تین مولوی حضرات سے رجوع کیا تو انہوں نے بتایا ہے کہ آپ کے رشتہ پر بندش کرائی گئی ہے۔ بندش ختم کرنے کے لیے جس نے جو کچھ بتایا وہ پڑھ لیا ہے مگر کوئی خاص فائدہ نہیں ہوا۔ البتہ یہ ضرور ہوتا کہ پڑھائی کے دوران رشتہ آنا شروع ہو جاتے۔

جواب: بندش سے نجات کے لیے رات سونے سے پہلے تین مرتبہ آیت الکرسی، تین مرتبہ سورہ بقرہ کی آخری دو آیات، پانچ مرتبہ سورہ فلق پانچ مرتبہ سورہ الناس پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیا کریں۔

یہ عمل کم از کم ایکس روز تک یا چالیس روز تک جاری رکھیں۔ نافع کے دن بعد میں پورے کر لیں۔

شادی کے لیے عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ

سورہ الاعراف (7) 54 آیت میں سے

وَالشَّانِسُ وَالْقَمَرُ وَالنَّجْمُ

مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ اَلَا لَهُ الْخَلْقُ

وَالْاَمْرُ تَبَارَكَ اللهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورہ آل عمران کی

آیت 37

اِنَّ اللّٰهَ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کے لیے بابرکت روزگار اور معاشی ترقی کے لیے دعا کریں۔

بیٹے سے کہیں کہ وہ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا فُتْحَ يَا رَزَّاقِ کا ورد کرتے رہیں۔

حسب استطاعت صدقہ کرتی رہا کریں۔

رشتہ پر بندش

☆☆☆

سوال: میں ایک ملٹی نیشنل کمپنی میں کام کرتی

ہوں۔ میری عمر تیس سال ہو گئی ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ

میرے رشتے تو آتے ہیں لیکن کہیں بات نہیں بنتی۔

جواب: صبح اور شام ایکس ایکس مرتبہ سورہ ہود کی پہلی آیت:

الرَّحْمٰنُ الرَّحِیْمُ اٰیٰتُہٗ ثُمَّ فُصِّلَتْ مِنْ لَدُنْ

حٰکِمِمْ حٰکِمِیْنِ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک ٹیبل اسپون شہد پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔

رات سونے سے پہلے ایکس مرتبہ:

لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَہٗ لَا شَرِیْکَ لَہٗ لَہٗ الْمُلْکُ وَ لَہٗ

الْحَمْدُ وَ ہُوَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔ حسب استطاعت صدقہ کرتی رہا کریں۔

مایوسی کا غلبہ

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے نے M.B.A کیا ہوا تھا۔ کئی

جگہ ملازمت کے لیے اپلائی کیا۔ انٹرویوز دیے لیکن

ملازمت نہ ملی پھر قرض لے کر یو۔ کے چلا گیا۔ وہاں سے

Ms کیا۔ ساتھ ساتھ ملازمت بھی تلاش کرتا رہا، لیکن

کامیابی نہیں ہوئی تو پاکستان واپس آ گیا۔

اب دوستوں نے مشورہ دیا ہے کہ دعائی آکر ملازمت

تلاش کرو۔ اس ماہ میرا بیٹا دعائی جا رہا ہے۔ بہت صابر

اور ہمت والا ہے لیکن اب میں محسوس کر رہی ہوں کہ وہ

مایوس ہوتا جا رہا ہے۔ اگر اُسے دعائی میں ملازمت نہ ملی تو وہ

زندگی سے مایوس ہو جائے گا۔

میری آپ سے گزارش ہے کہ میرے بیٹے کے

روزگار کے لیے خصوصی دعا فرمائیں اور ایسا وظیفہ عنایت

فرمائیں کہ بیٹے کو فوراً ملازمت مل جائے۔ میں تمام عمر آپ

کو دعا میں دوں گی۔

جواب: صبح اور شام اکتالیس اکتالیس مرتبہ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شہد

پر دم کر لیں۔ یہ دم کیا ہوا پانی گھر کے

چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔

سب گھر والے رات سونے سے پہلے سات مرتبہ سورہ فلق، سات مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ آیت الکرسی پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔ مکان میں کم از کم ایک دن تک ایک وقت مقررہ پراپندی کے ساتھ لوہان یا کسی اور مناسب لکڑی کی دھونی دی جائے۔

رات کے وقت گھر میں اندھیرا نہ کیا جائے۔

برآمدے، لادج یا گھر کے کسی کمرے میں ایک یا زیادہ

بلب روشن رکھے جائیں تاکہ گھر کے مختلف حصوں میں

روشنی رہے۔ سب گھر والے وضو بے وضو کثرت سے

یا حَفِیْظُ یا سَلاَمَ کا ورد کرتے رہیں۔

پڑھتے ہوئے ٹینشن

اور گھبراہٹ...

☆☆☆

سوال: میری شادی انٹر کرنے کے فوراً بعد ہو گئی

تھی۔ میرے شوہر امریکن کمپنی میں انجینئر ہیں۔ وہ چاہتے

ہیں کہ میں اپنی تعلیم کا سلسلہ دوبارہ شروع کروں۔ میں

نہی۔ اے کے فارم بھی بھیج دیئے ہیں۔ اب مسئلہ یہ

ہے کہ میں پڑھنے بیٹھتی ہوں تو مجھے ایسا لگتا ہے کہ میں

نہیں پڑھ سکتی۔ جو کچھ بھی پورے دن میں یاد کرتی ہوں

دوسرے دن بالکل صفر ہو جاتی ہوں۔

ایک ماہ سے مسلسل کوشش کر رہی ہوں۔ ایسا

محسوس ہوتا ہے کہ حافظہ بہت کمزور ہو گیا ہے۔ جب یاد

نہیں ہوتا تو ٹینشن ہونا شروع ہو جاتا ہے کہ کیوں یاد نہیں

ہو رہا ہے۔ آپ ایسا عمل بتائیں کہ میں جو Chapter

پڑھوں وہ مجھے یاد ہو جائے۔

Chapter

پڑھوں وہ مجھے یاد ہو جائے۔

پڑھوں وہ مجھے یاد ہو جائے۔

وَالْهَكْمَةُ إِلَهٌ وَاحِدٌ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ
الرَّحِيمُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹیوں کی اچھی جگہ شادی اور خوش و خرم ازدواجی زندگی کے لیے دعا کریں یہ عمل تو بے روزنک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن بعد میں پورے کر لیں۔
وضو بے وضو کثرت سے یا حَفِیْظُ یا سَلَامُ کا ورد کرتی رہیں۔

مسائل میں گھری ہوں!

☆☆☆

سوال: میری شادی کو پندرہ سال ہو چکے ہیں۔ ہماری پسند کی شادی تھی۔ بارہ سال انتہائی سکون اور محبت کے ساتھ گزرے لیکن پچھلے تین سال سے ہماری زندگی بالکل دوزخ بن گئی ہے۔

میرے شوہر ایک بے حد ایماندار، نرم طبیعت اور محبت والے انسان تھے۔ انہوں نے میرا ہر طرح خیال رکھا، دکھ بیماری میں میرا بہت ساتھ دیا۔ وہ مجھ سے بہت محبت کرتے ہیں لیکن میرا کسی سے زیادہ بات کرنا، ملنا، آنا جانا پسند نہیں کرتے۔ یہاں تک مجھے ہر کام ان کی اجازت سے کرنا پڑتا ہے۔

میں اپنی والدہ کے گھر ان کے ساتھ جاتی آتی ہوں۔ اگر ان کی غیر موجودگی میں مجھے کہیں جانے کی اجازت نہیں۔ باہر ضرورت کی چیزیں لینے نہیں جاسکتی۔ گھر میں جو اسٹ فمیلی سسٹم ہے۔ جب بھی کوئی کام کرو تو دوسرے کو اعتراض ہو جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے بیٹے اور بیٹی سے نوازا ہے۔ میرے جیسے کے ہاں بچے نہیں تھے میں نے بہت محبت کے ساتھ اپنے بچے ان کی گود میں ڈال دیے کہ یہ آپ کے بچے ہیں! لیکن انہوں نے میرے بچے کو مجھ

سے دور کیا۔ دن بھر وہ ان کے پاس رہتا، رات جب وہ سوتا تو میرے ساتھ ہوتا پھر فیڈ وغیرہ کے لیے مجھے اس کے قریب رہنے کا موقع ملتا۔ میں اپنے شوہر سے کہوں تو وہ مجھے ہی باتیں سنا دیتے ہیں۔

ڈاکٹر صاحب! بظاہر سب کچھ ہوتے ہوئے بھی میں بے بس اور مجبور زندگی بسر کر رہی ہوں۔ اب میں بیمار رہنے لگی۔ مجھے دسے کام مرض لاحق ہو گیا ہے۔ میں ساری ساری رات جاگتی اور کھانسی رہتی ہوں۔ میرے شوہر نے میرا بہت علاج کروایا لیکن وہ میری اس نفسیاتی کیفیت کو نہ سمجھ سکے۔

جواب: محترم بہن! آپ کے لیے وظیفہ یہ ہے کہ آپ اللہ تعالیٰ کی نعمتوں کی قدر کرنا سیکھیں اور اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتی رہیں۔

غصہ سے نجات

☆☆☆

سوال: میری شادی کو پانچ سال ہو گئے ہیں۔ میرے شوہر ایک سال پہلے تک تو بہت محبت کرنے اور خیال رکھنے والے تھے۔ کچھ دنوں سے ان میں بہت غصہ بہت ہونے لگے ہیں۔ بات بے بات پر غصہ آجاتا ہے۔ بچوں پر بھی غصہ اتار دیتے ہیں۔ گھر کا ہر فرد ان کے غصہ سے پریشان ہے۔

میں خود کو اکیلا محسوس کرنے لگی ہوں۔ برائے کرم ان کے غصہ سے نجات یا کے لیے کوئی وظیفہ بتادیں۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد آیت 134 میں سے

وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔
بہن ڈپریشن میں چلی گئی

☆☆☆

سوال: ہم تین بہنیں ہیں۔ بڑی بہن کی آٹھ سال پہلے شادی ہوئی تھی۔ بہن کے سسرال والوں نے بہن پر بہت ظلم کیے جنہیں بہن نے خاموشی سے برداشت کیا، آخر ان لوگوں نے دو سال پہلے بہن کو طلاق دلو کر گھر بھیج دیا۔

میکے آنے کے ایک ماہ بعد بہن نے اپنے ساتھ ہونے والی زیادتیوں کا بدلہ ہم بہنوں سے لینا شروع کر دیا۔ اس کے مزاج اور رویہ میں بہت سختی آگئی ہے۔ وہ ہم سے ہر کام سخت رویہ کے ساتھ لینے لگی ہیں۔ میں بہنوں میں دوسرے نمبر پر ہوں۔ میں نے بہن کی زیادتی کو برداشت کر لی لیکن مجھ سے چھوٹی بہن بہن کے ظلمانہ رویہ سے ڈپریشن میں چلی گئی۔ دو ماہ سے اسے مختلف آوازیں سنائی دینے لگی ہیں جو خواتین کی ہوتی ہیں۔ وہ آوازیں اسے ہر وقت ہدایت دیتی رہتی ہیں اور چھوٹی بہن اس پر عمل کرنے پر مجبور ہے۔ یہ آوازیں اسے کوئی کام نہیں کرنے دیتی اور نہ ہی اسے سونے سیتی ہے۔ رات کو ڈھائی تین بجے نیند کی دوانی لینے سے بمشکل اسے نیند آتی ہے۔

صبح سات بجے وہ آٹھ جاتی ہے۔ زیادہ تر کم سم رہتی ہے۔ اچانک بٹھے بیٹھے ہنسنے لگتی ہے اور گھٹنوں ہنسی رہتی ہے۔ وجہ پوچھو کیا بات ہے تو ایک دم خاموش ہو جاتی ہے اور پھر رونا شروع کر دیتی ہے۔ بعض مرتبہ اسے بہت غصہ آتا ہے۔ مجھے بھی غصہ سے جب گھور کر مسلسل دیکھتی ہے تو میرا ڈر کے مارے جان نکل جاتی ہے۔ مجھے گالیاں دیتی ہے۔ اس کی حالت سے مجھے بہت خوف محسوس ہونے لگا ہے۔ نفسیاتی ڈاکٹر سے علاج ہو رہا ہے۔ آپ مہربانی فرما کر اس کا کوئی حل بتادیں۔

جواب: صبح اور شام آیتیں مرتبہ سورہ آل عمران کی آیت 2

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی یا شہد پر دم کر کے بہن کو پلائیں۔
نبیل شعاعوں سے تیار کردہ آدھی آدھی پیالی پانی صبح اور شام کے وقت پلائیں۔ زرد شعاعوں سے تیار کردہ آدھی آدھی پیالی پانی دوپہر کھانے سے پہلے اور رات کھانے سے پہلے پلائیں۔

رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ درود شریف پڑھ کر ان کے اوپر دم کر دیا کریں۔ نمک کا استعمال کچھ عرصہ کے لیے کم سے کم کر دیں۔

دل نہیں ہے کیا کروں....؟

☆☆☆

سوال: میری معقنی دو سال پہلے اپنے کزن سے ہوئی تھی۔ نجانے کیا بات ہے کہ دو سال گزرنے کے باوجود میرا دل وہاں شادی کرنے کو آمادہ نہیں ہے جبکہ میں کسی کو پسند بھی نہیں کرتا۔ بس میرا دل نہیں چاہتا ہے میں یہاں شادی کروں۔ اس کی کوئی وجہ بھی نہیں ہے۔ کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ وہاں سے خود منع ہو جائے اور برا بھی نہ لگے۔

جواب: اگر آپ سمجھتے ہیں تو کہ آپ اس شادی سے خوش نہیں رہ سکتے تو آپ انکار کر سکتے ہیں، لیکن میرا آپ سے یہ سوال ہے کہ یہ انکار معقنی کے وقت بھی تو کیا جاسکتا تھا۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ پہلے آپ کو یہ رشتہ منظور تھا۔ دو سال کے عرصہ میں آپ کی ترجیحات بدلنے لگی اور یہ رشتہ قابل قبول نہ رہا۔ بھائی! بہتر ہو گا کہ آپ اپنی ترجیحات پر نظر ثانی کریں اور اس سلسلے میں اپنے والدین اور گھر کے بڑوں سے مشورہ طلب کریں اور ان

کے مشورے کے مطابق عمل کریں۔
اولاد نہیں ہے

☆☆☆

سوال: ہماری شادی کو دو سال ہو گئے ہیں۔ ابھی تک اولاد نہیں ہوئی۔ میں نے لیڈی ڈاکٹر سے مشورہ کیا تو اس نے کئی ٹیسٹ لکھ دیئے ایک ہفتہ پہلے میں نے اپنی تمام رپورٹ ڈاکٹر کو چیک کروائی۔ میری تمام رپورٹ کلیئر آئی ہے۔ میرے شوہر نے بھی ڈاکٹر کے مشورے سے ٹیسٹ کروایا تھا۔ ان کی رپورٹ بھی نارمل ہے۔ ہماری ایک جاننے والی نے آپ سے مشورہ کرنے کا کہا ہے۔ آپ مجھے کوئی روحانی علاج تجویز فرمائیں۔

جواب: رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ سورہ آل عمران کی آیت 38

رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً
إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے میاں بیوی دونوں پی لیں اس کے بعد آپ حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے وسیلہ سے بارگاہ رب العزت میں دعا کے جائے۔ یہ عمل تو بے روز تک جاری رکھیں۔ جن دنوں آپ نہ پڑھ سکیں، آپ کے شوہر پڑھ کر دم کر دیں۔

حسب استطاعت صدقہ کرتی رہا کریں۔
ضدی بچہ

☆☆☆

سوال: میرے دو بچے ہیں۔ ایک بیٹا اور ایک بیٹی ہے۔ بیٹی کی عمر آٹھ سال ہے۔ دو سال پہلے ہم نے گھر تبدیل کیا تھا جس کی وجہ سے بیٹی کا اسکول بھی تبدیل کرنا پڑا۔ اس اسکول میں آنے کے بعد سے اس کے مزاج میں بہت تبدیلی آئی ہے۔ وہ بہت سرکش اور غصہ والا

ہو گیا ہے۔ بات بات پر چھوٹی بہن کو مارتا ہے۔ جب وہ روتی ہے تو اسے دیکھ کر مکتا رہتا ہے۔

گھر میں ہر کام اپنی مرضی سے کرنا چاہتا ہے۔ اگر کسی کام سے منع کر دیں تو گھر میں ہنگامہ برپا کر دیتا ہے۔ ہم نے بہت پیار محبت سے سمجھایا لیکن اس کی سمجھ میں کچھ نہیں آتا، اگر مارتے ہیں تو آگے سے کہتا ہے کہ مارو کتنا مارو گے، مجھے کچھ نہیں ہوتا۔

جواب: بچہ جب رات کو گہری نیند میں ہو تو اس کے سر ہانے اتنی آواز سے کہ آنکھ نہ کھلے، اکیس مرتبہ سورہ کوثر تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر دیں اور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

اس کے علاوہ صبح فجر کی نماز کے بعد اکیس مرتبہ سورہ روج (85) کی آیت 22-21

بَلْ هُوَ قَوَّانٌ مَّجِيدٌ ۝ فِي لَوْحٍ مَّحْفُوظٍ ۝

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں۔ یہ عمل اکیس روز تک جاری رکھیں۔

پینے کی عادت

☆☆☆

سوال: میرے شوہر نے چند سال پہلے کاروبار کو وسعت دینے کے لیے ایک صاحب سے پارٹنرشپ میں کاروبار شروع کیا۔ جس سے بزنس میں دن دگنی اور رات چوگنی ترقی ہوتی چلی گئی۔

شوہر بھی کاروبار کی وجہ سے اکثر راتوں کو گھر سے باہر رہنے لگے۔ میں ابھی ان کی مصروفیت کی وجہ سے خاموش رہی۔ اس دوران ان کے پرانے دوست مل گئے اور گھر میں محفلیں ہونے لگی۔ اکثر دوست رات رات بھر بیٹھے رہتے ہیں۔ پھر دوستوں نے انہیں شراب کی عادت

ڈال دی۔ اب وہ اکثر رات کو شراب پی رہے ہیں۔

جب وہ میرے پاس آتے ہیں تو ان کے منہ سے شراب کی بو آتی ہے۔ جس سے میری طبیعت خراب ہو جاتی ہے۔ قریب آنے سے منع کرو تو غصہ کرتے ہیں۔ آپ ایسا وظیفہ بتائیں کہ شوہر کی شراب کی عادت ختم ہو جائے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد آتالیس مرتبہ سورہ بقرہ کی آیت نمبر 168-169 میں سے

وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ۝ إِنَّمَا يَأْمُرُكُمْ بِالسُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ وَإِنْ تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں کہ شوہر میں قوت ارادی میں مضبوطی اور نشہ سے نجات ملے کی توفیق عطا ہو۔ اس عمل کو چالیس روز تک جاری رکھیں۔ نافذ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

وزن کم کرنا چاہتی ہوں

☆☆☆

سوال: میری بیٹی کی عمر بائیس سال ہے۔ اس کا وزن 85 کلو گرام ہے۔ پیٹ بھی باہر نکلا ہوا ہے۔ اسے ڈاکٹر وقار یوسف عطی سے فیس بک پر رابطہ کیجیے۔

بجوک بہت لتی ہے۔ سکیٹائیر کی طالبہ ہے۔ اس نے اپنا وزن کم کرنے کے لیے ہر طرح کے جتن کر لیے مگر تھوڑا سا فرق ہوا ہے۔ میں نے آپ کی ادارہ کی مہرلین ٹیبلٹ کے بارے میں سنا ہے۔ میں بھی اپنی بیٹی کو وزن کم کرنے کے لیے مہرلین استعمال کروانا چاہتی ہوں۔

برائے مہربانی بتائیں کہ مہرلین کتنے عرصے اور کتنی مقدار میں استعمال کرنا ہوگی۔

جواب: آپ اپنی صاحبزادی کے لیے عطی لیبارٹری کی تیار کردہ ہرل ٹیبلٹ مہرلین کا استعمال کر سکتی ہیں۔ صبح نہار منہ اور شام کے وقت دودو گولی مہرلین پانی کے ساتھ لیں۔ اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر، مٹھائیاں، سوٹ ڈرنکس، آئس کریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانے کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔

ہرل ٹیبلٹ مہرلین کی ہوم ڈیلیوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127

جوڑوں کا درد

☆☆☆

سوال: میری عمر پینتالیس سال ہے۔ گزشتہ چار سالوں سے میں جوڑوں کے درد کی تکلیف میں مبتلا ہوں۔ پہلے تو جوڑوں میں درد صرف سردیوں میں



درد رہنے لگے۔

بننا چاہتی ہوں۔

کبھی کبھی اتنی تکلیف بڑھاتی ہے کہ میں نماز بھی نہیں پڑھ سکتی۔ خاص طور پر اٹھنے بیٹھنے میں بہت تکلیف ہوتی ہے۔ اب ایک ماہ سے دائیں گھٹنوں میں سوجن رہنے لگی ہے۔ کئی ڈاکٹروں سے دوائی ہے چند دنوں کے لیے افادہ ہو جاتا ہے۔

آپ مہربانی فرما کر ایسا عمل یا علاج تجویز فرمائیے کہ جوڑوں کے درد سے میری جان چھوٹ جائے۔

جواب: جوڑوں کے درد کے لئے یونانی مرکبات پر مشتمل ایک مفید نسخہ نوٹ کر لیں۔

چوب چینی تراشے وہ 14 ماشہ، عشبہ مقوی 7 ماشہ، سورنجان، افقیون، گل سرخ، صندل سفید، ہر ایک ساڑھے 3 ماشہ، بسفنج 7 ماشہ اور سناہ کلی 5 ماشہ ان تمام اجزاء کو گرا سنڈ کر کے باریک سفوف بنالیں۔

اس سفوف کا صبح شام 6 ماشہ پانی کے ساتھ استعمال جوڑوں کے درد میں مفید ہے۔

سرخ شعاعوں میں تیار کردہ تیل ہاتھ اور پیروں کے جوڑوں پر جھلکے ہاتھ سے مالش کی جائے۔

مثالی ٹیچر بننا چاہتی ہوں

☆☆☆

سوال: میں نے اس سال ایک پرائیویٹ اسکول میں ٹیچر کی جاب شروع کی ہے۔ میری پانچ مہینے کی پروگریس سے پرنسپل صاحبہ مطمئن نہیں ہیں کیونکہ کلاس میں بچوں پر میرا کوئی کنٹرول نہیں ہے۔

اکثر وقت بچوں کو پڑھاتے ہوئے میں نروس ہو جاتی ہوں۔ بچے کلاس میں بہت شور کرتے ہیں۔ سمجھ نہیں آتا کہ بچوں کو کس طرح کنٹرول کرو۔ میں چاہتی ہوں کہ بچے میری بات توجہ سے سنیں۔ میری بات مامیں اور میں

جواب: مثالی ٹیچر بننے کے لیے آپ میں خود اعتمادی ہونی چاہیے۔ یہاں مسئلہ آپ میں اعتماد کی کمی اور اندازے نروس کا ظاہر ہو جانا ہے۔ بچے آپ کے انداز اور گھبراہٹ سے لطف اندوز ہوتے ہیں اس لیے وہ آپ کے قابو میں نہیں ہیں۔ آپ بھی اپنی اس خالی کوچوں پر ظاہر ہونے کے خیال سے نروس ہوتی ہیں۔

رات آئینہ کے سامنے کھڑے ہو کر اپنے آپ کو دیکھتے ہوئے اس طرح کریں جیسے آپ کلاس میں بچوں کو پڑھا رہی ہیں۔

آئینہ بنی کے دوران اپنے انداز، اعتماد کا بغور خیال رکھیں اور جائزہ بھی لیجئے۔ بچوں کو مخاطب ہوتے وقت وقفہ وقفہ سے مسکرائیں۔

اس کے علاوہ ہر نماز کے بعد 101 مرتبہ

يَا اَللّٰهُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر قوت ارادی اور خود اعتمادی میں اضافہ کی دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔

کوشش کریں کہ ہر وقت با وضو رہا جائے۔

ساس پیچھے پڑھ گئی ہے

☆☆☆

سوال: میری شادی کو دو سال ہو گئے ہیں لیکن میری حیثیت اس گھر میں نوکرانی کی سی ہے۔ میرے شوہر میری کوئی بات نہیں مانتے اور نہ ہی میرا خیال رکھتے ہیں۔ میں اُن کا بہت خیال رکھتی ہوں کسی بھی کام میں شکایت کا موقع نہیں دیتی لیکن اُن کو جیسے میری ساس کہتی ہیں، وہ ویسے ہی کرتے ہیں۔ اگر میں بیمار ہو جاؤں تو بھی میرا خیال نہیں کرتے۔ میری ساس میرے خلاف میرے شوہر کے

سے ساس کی کوئی شکایت نہیں کی۔ مستقل ٹینشن میں رہنے سے اب میری طبیعت خراب رہنے لگی ہے۔

جواب: ذات سونے سے پہلے آتالیس مرتبہ سورۃ اخلاص گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر اور اپنی ساس کا تصور کر کے دم کرویں اور انہیں آپ کے ساتھ حسن سلوک کی توفیق ملنے کی دعا کریں، یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

نافہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یا سلام کا درد

کرتی رہیں۔

لیکوریا

☆☆☆

سوال: میری عمر اٹھائیس سال ہے۔ میری شادی کو چھ سال ہو گئے ہیں۔ میرے تین بچے ہیں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے لیکوریا کی شکایت کئی سال سے ہے۔ علاج کرانے سے وقتی فائدہ ہوتا ہے۔ جب تک دوا کھاتی رہتی ہوں مرض میں کمی محسوس ہوتی ہے۔ دوا چھوڑتے ہی مرض میں شدت آ جاتی ہے۔

گزشتہ دو ماہ سے بہت زیادہ شکایت ہو گئی ہے۔ جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔

آپ ایسا عمل یا علاج بتائیں جس سے میرا یہ مرض مستقل طور پر ختم ہو جائے۔

جواب: لیکوریا کے لیے مندرجہ ذیل نسخہ بھی مفید ہے۔

کمر کرس 50 گرام، موچرس 50 گرام، اسٹند 25 گرام کے کرتیوں ادویات کا سفوف بنالیں۔ اس کے بعد 125 گرام چینی کو گرا سنڈ کر کے پاؤڈر بنالیں۔ یہ پاؤڈر سفوف میں اچھی طرح حل کر لیں۔ صبح اور شام آدھی

بائی بلڈ پریشر

☆☆☆

سوال: مجھے عرصہ پانچ سال سے ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہے۔ ڈاکٹری علاج جاری ہے۔ میں اس کا کوئی روحانی علاج بھی کرنا چاہتی ہوں۔

جواب: صبح اور شام گیارہ گیارہ مرتبہ

يَا حَيُّ قَبْلَ كُلِّ شَيْءٍ يَا حَيُّ بَعْدَ كُلِّ شَيْءٍ

سبز شعاعوں سے تیار کردہ آدھی آدھی پیالی پانی پر دم کر کے پیئیں۔

اندھیرے سے ڈر لگتا ہے

☆☆☆

سوال: میرے دو بیٹے اور ایک بیٹی ہے۔ میرا بڑا بیٹا پانچ سال اور چھوٹا تین سال کا ہے۔ بیٹی کی عمر سوا ایک سال ہے۔ میرے شوہر کام کے سلسلے میں اکثر دوسرے شہروں میں زیادہ وقت گزارتے ہیں۔ کچھ عرصہ سے میرے ساتھ یہ مسئلہ پیش آیا کہ مجھے اندھیرے سے خوف آنے لگا ہے۔ بچوں کی دیکھ بھال میں دن تو گزار جاتا ہے مگر جیسے ہی مغرب کا وقت ہوتا ہے تو ڈر کے مارے جیسے میری جان نکل جاتی ہے۔

اگر کوئی دروازے پر آجائے تو خوف سے سارا بدن کانپنے لگتا ہے۔ آواز گلے کے اندر پھنس کر رہ جاتی ہے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد آتالیس مرتبہ سورہ حج (22) کی آیت نمبر 65

اَلَمْ تَرَ اَنَّ اللّٰهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَّا فِى السَّٰمٰوٰتِ وَاَلَمْ تَجْعَلْ فِى السَّمٰوٰتِ سُبُوْحًا وَاَلَمْ تَجْعَلْ فِى السَّمٰوٰتِ سُبُوْحًا وَاَلَمْ تَجْعَلْ فِى السَّمٰوٰتِ سُبُوْحًا وَاَلَمْ تَجْعَلْ فِى السَّمٰوٰتِ سُبُوْحًا

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر

اگست ۲۰۱۲ء

رُوحَانِی دُعا

بہت دہلی ہوں!
نسوانی حسن بھی نہیں

اپنے اوپر دم کر لیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلے پھرتے کثرت سے یا جمی یا قیوم کا ورد کریں۔ رات سونے سے پہلے درود شریف سو مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں۔

قرض لینے کی عادت

☆☆☆

سوال: میرے ساس ویسے تو بہت اچھی ہیں اور میرا بھی بہت خیال رکھتی ہیں لیکن ان میں ایک خرابی یہ ہے کہ وہ ہر ایک سے قرض لے لیتی ہیں۔ کسی کے ہاں دعوت میں بھی جائیں تو اس سے قرض مانگنے میں شرم محسوس نہیں کرتیں۔ میرے شوہر کا اپنا بزنس ہے۔ روپے پیسے کی کوئی کمی نہیں ہے لیکن میری ساس کی اس عادت کی وجہ سے شوہر کو مشکلات اور شرمندگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

محفلے کے دکاندار، پڑوسیوں اور نجانبے کس کس سے قرضہ لے رکھا ہے۔ بہت سے لوگوں نے ان کی وجہ سے فائدہ بھی اٹھایا۔ میری ساس کی یادداشت بھی بہت کم ہے اس لیے جو قرض دار جس رقم کا مطالعہ کرتا ہے وہ اس کی تائید کرتی ہیں۔

میرے شوہر نے اب تک چار پانچ افراد کو کہہ بیٹیں پچیس ہزار روپے فی کس ادا کئے ہیں۔ میرے شوہر ہر ماہ پانچ ہزار روپے اپنی ماں کو خرچہ کے دیتے ہیں۔

جواب: رات سونے سے قبل اکیس مرتبہ سورۃ

الصاف کی آیت 12-13

وَآخِرُیْ تُحِبُّوْنَہَا تَصْرُ مِنْ اللّٰہِ وَفَتْحٌ قَرِیْبٌ
وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِیْنَ

سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

سوال: میری عمر پچیس سال ہے۔ میرا قد 5 فٹ 4 انچ ہے اور میرا وزن 40 کلو ہے۔ میرا جسم بہت ڈبلا ہے۔ جسم پر گوشت بالکل نہیں ہے جبکہ میں اپنے کھانے پینے کا بہت خیال رکھتی ہوں پھر بھی ڈبلی پتلی ہوں خاص کر کے میرا نسوانی حسن بھی نہ ہونے کے برابر ہے جس کی وجہ سے میری سہیلیوں نے میرے مختلف نام رکھ دیے ہیں۔ اس وجہ سے میں شدید احساس کمتری کا شکار ہوتی جا رہی ہوں۔

آپ ایسا حل بتائیں جس سے میرے یہ مسائل حل ہو جائیں اور میں خوبصورت نظر آؤں۔

جواب: ماش کی دال کا حلوہ بنالیں۔ روزانہ تقریباً ایک چھٹانک یہ حلوہ صبح نہار منہ کھائیں۔ رات کو سونے سے پہلے ایک کپ نیم گرم دودھ میں ایک چمچ شہد ملا کر پیئیں۔ کم از کم دو ماہ یہ عمل جاری رکھیں۔ نسوانی حسن کے لیے عظیمی لیبارٹریز کی تیار کردہ سفوف حسن افزاء اور روغن حسن افزاء کا استعمال مفید ہے۔



روحانی فون سروس

گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی

روحانی فون سروس

کراچی 021-36688931, 021-36685469

اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

روحانی فون سروس